

10 pers.

Ragout de fruits de mer

Petonscles 700g
Moules de Bouchot 1kg. 5
Supions 1kg.
Coques 1kg.
lotte 700g
Rédoupe grosses crevettes 1kg

Cuire chaque élément à part

Faire une sauce

mirrepoix (huile olive + beurre)
vin blanc + 1/2 verre vinaigre
fond de soupe de crabes
jus de cuisson des crustacés

Ragout 1974 (Princes de la M)
gastronomie p. 70)

champignons
St Jacques
Langoustines
Ecrevisses