

Bisque de gambas

Par Julie Schwob



Niveau de difficulté

Facile

Coût

Bon marché

Temps de préparation

30 min

Temps de cuisson

50 min

Régal
Nature

Catégories : Entrées, Grands classiques, Idée repas saine et gourmande, Poissons crustacés et fruits de mer, Spécial fêtes Populaires

Découvrez notre recette facile de bisque de gambas maison. Les têtes des gambas sont très riches en goût et pleines de chair également, elles sont indispensables à la réalisation de cette soupe.

Si vous n'avez que des carcasses de queues de gambas, ajoutez 2 ou 3 filets de rougets à la soupe pour lui donner du goût.

Pour 4 personnes

Ingédients

400 g Têtes et carcasses de gambas
100 g Carottes
100 g Pomme de terre
30 g Concentré de tomate
5 Echalotes
2 gousses d'ail
1 branche Céleri
20 cl Vin blanc
2 c. à soupe Huile d'olive
1 petit bouquet Thym
1 feuille Laurier frais
Sel et poivre

Réalisation

- 1 Commencez cette recette de bisque de gambas en hachant grossièrement les têtes et les carcasses au couteau. Pelez les échalotes, l'ail, les pommes de terre et les carottes. Écrasez les gousses d'ail et émincez les échalotes. Coupez les légumes en morceaux.
- 2 Chauffez l'huile à feu moyen dans un faitout. Ajoutez l'ail et les échalotes. Laissez suer quelques instants puis ajoutez les carcasses et têtes de gambas. Augmentez le feu et faites rissoler les carcasses à feu vif pour laisser légèrement « accrocher » sans brûler puis déglacez avec le vin blanc. Baissez le feu, ajoutez le concentré de tomates, les carottes et les pommes de terre, le céleri, le thym, le laurier et 1,5 l d'eau. Portez à frémissement et laissez cuire à couvert 40 min.
- 3 Enlevez le thym et le laurier et mixez la soupe très finement. Passez-la ensuite au chinois. Rectifiez l'assaisonnement.
- 4 Servez-la avec des tranches de pain grillées au beurre et de la rouille.

Si vous avez aimé notre bisque de gambas...

- Vous aimerez aussi notre soupe de poisson à la marseillaise