

# GAMBAS SAUTEES ET RAGOUT DE LEGUMES EN « Bouillabaisse » à L'ŒUF COULANT

## 1. Mise en place du poste de travail

## 2. Tallage des légumes

- Eplucher tous les légumes.
- Taille les légumes du jus de gambas en paysanne (carottes, oignons) et ciseler l'échalote.
- Tailler les tomates du ragout en dés.



## 3. Réalisation du jus de gambas

- Laver et décortiquer les gambas. Les réserver.
- Concasser les carapaces et les faire rissoler dans de l'huile.
- Ajouter la garniture aromatique, la faire suer.
- Ajouter le concentré de tomate.
- Déglacer au cognac et au vin blanc. Réduire à sec.
- Mouiller à l'eau et ajouter le reste de garniture aromatique.
- Cuire 25 minutes et passer au chinois.



## 4. Confection des tomates confites

- Couper les tomates en 8.
- Epépiner les tomates.
- Les étaler sur une plaque et les badigeonner d'huile d'olive, de sel, poivre herbes et ail.
- Cuire à 80°C pendant 1h30.



## 5. Terminer le ragout de légumes au jus de gambas

- Faire sauter sans coloration l'oignon et les carottes.
- Ajouter le poivron, le fenouil, la badiane et le safran.
- Mouiller avec le jus de gambas.
- Laisser mijoter le temps de cuire les légumes.



## 6. Cuire les Œufs pochés



## 7. Sauter les queues de gambas

## 8. Dressage

- Ranger les légumes dans l'assiette
- Disposer les gambas et l'œuf poché par-dessus.
- Verser le jus bouillabaisse.
- Décorer avec un pétale de tomate.

