



Elvea, L'Italie chez vous

Ragoût de fruits de mer à la génoise



Ingrédients pour 4 Personnes

2 boîtes de	ELVEA cubes de tomates cubetti avec des légumes frais
3 cuillères à café de	ELVEA Double concentré de tomates
1	oignon
4 branches de	céleri blanc
3 gousses d'	ail
1	poivron vert
1	carotte
1	blanc de poireau
0,50	fenouil
cuillères à soupe de	huile d'olive
2	feuilles de laurier
1 cuillère à café de	origan
branches de	thym
1 cuillère à café de	basilic séché
500 g de	filet de laine de mer
1 kg de	palourdes
500 g de	crevettes d'eau douce
	poivre
	sel
2 verres de	vin blanc sec
poignée de	persil plat

Préparation

Nettoyez les légumes et l'ail et coupez-les en dés.

Versez quelques cuillères à soupe d'huile d'olive dans une casserole et faites-y revenir les légumes à feu modéré.

Ajoutez les herbes aromatiques, les cubes de tomates et le concentré.

Assaisonnez de sel et poivre et laissez cuire 30 minutes sous couvercle fermé.

Nettoyez le poisson et les coquillages et coupez le poisson en morceaux.

Chauffez un peu d'huile dans une autre casserole.

Mettez-y les coquillages, les crevettes et le poisson.

Laissez un peu cuire et assaisonnez de sel et poivre.





Elvea, L'Italie chez vous

Déglacez avec le vin blanc et mettez un couvercle sur la casserole.
Faites encore cuire quelques minutes et ajoutez ensuite à la sauce.
Mélangez bien avant de servir.
Terminez avec le persil.

De "italia al pomodoro" : Recettes - Harry Belmans , Photos - Heikki Verdurme

