

FUMET DE POISSON



INGREDIENTS

- 1 kg d'arêtes de poisson
- 100 g d'oignons
- 50 g d'échalote
- 150 g de fenouil frais
- 15 cl de vin blanc sec
- Huile d'olive

REALISATION

- Faire suer sans coloration les légumes avec l'huile d'olive puis 4 minutes les arêtes
- Ajouter 15 cl de vin blanc sec, réduire de moitié et couvrir d'eau juste à hauteur des arêtes.
- Cuire 30 minutes à petit frémissement, en prenant soin d'écumer les impuretés en surface
- Passer le fumet et le réduire de moitié

