



Recette de la pochouse du Léman

Par Georges Croset du restaurant La Pomme de Pin à Lausanne

Ingrédients pour 6 personnes

- 200 gr. de poireaux
- 200 gr. de céleri
- 200 gr. d'oignons
- 2 kg d'arrêtes de poisson (à commander auprès de votre pêcheur)
- Env. 1kg de filets sans peau de poissons du lac (brochet, féra, perches, lotte, gardon, truite, ou écrevisse)
- ½ litre de bon vin blanc
- Lardons (facultatif)
- 3 cs. d'huile
- 100 gr. de farine
- 40 gr. de beurre
- Thym, romarin, laurier
- Sel, poivre

Préparation

- Dégorger les arrêtes sous un filet d'eau fraîche env. 10 minutes.
- Dans une cocote, faire suer les légumes avec un peu d'huile puis ajouter les arrêtes.
- Ajouter ½ litre de bon vin blanc et couvrir d'eau.
- Ajouter une branche de thym, du romarin et du laurier.
- Cuire durant 20 minutes et écumer pour enlever les impuretés qui remontent à la surface.
- Arrêter le feu et laisser reposer.
- Passer ensuite ce jus au chinois (ou dans une fine passoire) et puis réduire dans une casserole. C'est-à-dire : mijoter doucement le jus pour évaporer une partie de l'eau et concentrer les saveurs. Il faut maintenant lier la soupe au beurre manié pour la rendre onctueuse : Le beurre manié est une mixture de farine et de beurre.
- A froid, soupoudrer la farine sur des petits morceaux de beurre mou.
- Mélanger bien avec une fourchette pour rendre la pâte homogène. Incorporer le beurre manié dans la soupe et remuer pour bien le dissoudre.
- Ajouter du sel et du poivre à volonté et de la crème fraîche si vous le désirez.
- Laissez la soupe au chaud, sans la laisser bouillir trop. Quelques minutes avant de servir, couper le poisson en morceau et le plonger dans la soupe.
- Mettre sur le feu jusqu'à ébullition et c'est prêt !