

LA RECETTE DE « JUSQU'À ÉBULLITION »

## Pôchouse du lac

---



**Ingrédients**  
(pour 4 personnes):

120 gr de filet d'omble  
120 gr de filet de féra  
10 gr de beurre  
50 gr d'oignon  
100 gr de poireau blanc  
1,5 litre de velouté de poisson  
1.5 dl de crème  
Un peu de ciboulette  
et de persil

**Pour le roux :**

40 gr de beurre  
et 60 gr de farine  
pour 1 l de liquide  
( fond de poisson  
pour la pôchouse )  
On compte en général  
3 dl pour un potage  
et ½ dl pour une sauce .



**Préparation**

Détailler les filets de poissons en petits dés, hacher l'oignon, couper le poireau en paysanne et hacher les fines herbes.

Suer l'oignon et le poireau, déglacer avec le vin blanc et mouiller avec le velouté de poisson.

Pocher les filets par sortes une minute et réserver.

Laisser réduire 15 minutes, crémer et parsemer de fines herbes.

Ajouter le poisson et servir de suite.

On peut proposer des croutons à part.