

## **Courtbouillon Cajun**

### **8 personnes**

700g crevettes ou gambas, décortiqué et nettoyé

700g noix de saint-jacques

1,5 kg filets de cabillaud

2 oignons jaunes, haché

1 poivron vert, haché

2 gousses d'ail, finement haché

1 petite boîte sauce tomate

1 tasse d'eau

1 tasse + 3 c. à soupe de farine

sel, poivre noir, piment de Cayenne

1 poignet des tiges d'oignon blanc, ciselé

1 poignet de persil, haché

1/2 tasse d'huile (d'arachide ou tournesol)

Dans une grande casserole, fond épais (comme Le Creuset), je chauffe 1/2 tasse d'huile sur feu moyen pour 5 minutes. J'y ajoute la tasse de farine et je remue le tout jusqu'à j'ai un roux le couleur de caramel. (Attention de ne pas le laisser brûler!)

Dès que j'ai mon roux, j'y ajoute un mélange du poisson, noix saint-jacques, et crevettes dans une seule couche au fond de la casserole. Je continue avec une couche des légumes mélangés. Je mets un filet de sauce tomate, saupoudre le tout de farine, assaisone, et ajoute un peu d'eau. Je continue avec ces couches des ingrédients jusqu'à il ne reste plus rien, puis je couvre la

casserole, je le prends dans mes mains et je la secoue avant de la reposer sur le feu. Je le laisse cuire sur feu moyen pour 35 minutes, en secouant de temps en temps.

*Bon appetit, et merci de votre participation samedi après-midi!*