

Fricot de fruits de mer, ou retour de week end à Aïn el Turk

Ingrédients 4 personnes

QS	Fruits de mer (moules, praires, pétoncles, coques,...)
1	Tomates bien mure
150 gr	D'olives noires
1	Verre de vin blanc sec
1	Cuillère à café Ras el Hanout
1	Vert de poireau
1	Carotte
8	Feuilles de basilic
1	Bouquet de coriandre fraîche
1	Gousses d'ail
QS	Huile d'olive, sel, poivre

l'huile d'olive. Ajouter le Ras el Hanout, le verre de vin et l'eau de cuisson des coquillage. Laisser mijoter à feu doux 10 minutes. Ajouter les coquillages, les olives et poursuivre la cuisson 10 minutes de plus. Ajouter le persil et l'ail haché, ainsi que les feuilles de basilic et poursuivre la cuisson 5 minutes. Saler, poivrer.

Finition et présentation

Déposer dans une assiette les coquillages, la sauce ainsi que les dès de tomate. Décorer avec des chips de carotte ainsi que le poireau et le basilic frit.

Ajouter quelques morceaux de citrons.



Préparation

Nettoyer les fruits de mer.
Couper le vert de poireau en fines lamelles.
Couper la carotte en fines tranches.
Couper la tomate en cube.
Préparer un hachis de persil et ail.

Cuisson

Faire frire les carottes et le poireau ainsi que 4 feuilles de basilic. Réserver au chaud.
Faire ouvrir les coquillages. Filtrer et réserver l'eau de cuisson.
Faire revenir les morceaux de tomates dans

