

220 litres de soupe de poissons !

INGRÉDIENTS

5 litres d'huile d'olive
6 kg d'oignons émincés
3 kg de poireaux
5 kg de carottes
5 kg de pommes de terre
500 g de céleri
6 kg de tomates
15 feuilles de laurier sauce
1 bouquet de thym
6 à 8 kg de crustacés
90 kg de poissons
100 g d'ail
6 litres de vin blanc
20 litres d'eau
Sel
20 g de muscade

APPAB - Riec-sur-Belton

Prendre une marmite de 300 litres, y mettre 5 litres d'huile d'olive, rajouter 6 kg d'oignons émincés, 3 kg de poireaux, 5 kg de carottes, 5 kg de pommes de terre, 500 g de céleri et 6 kg de tomates. Laisser suer le tout environ une demi-heure.

Rajouter 15 feuilles de laurier sauce et un bouquet de thym.

Rajouter 6 à 8 kg de crustacés (crabes verts, araignées, langoustines) puis 100 g d'ail. Mouiller le tout avec 6 litres de vin blanc et 20 litres d'eau.

Saler légèrement, puis rajouter 20 g de muscade et piment fort selon son goût.

Couper et rajouter 90 kg de poissons de roche (tacauds, vieilles, congres, lieux, grondins).

Couvrir d'eau et laisser cuire ... quand les carottes sont cuites, le poisson est cuit.

Rajouter 30 g de curcuma, un peu de safran ou de safral.

Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Passer le tout à la passoire ou au presse purée et l'on obtient 220 litres de soupe.

On se déplace de toutes les paroisses du canton pour venir la déguster...

220 litres de soupe permettent de servir 300 personnes.

Pour pouvoir servir 1000 personnes, diviser les quantités par 3, puis les multiplier par 10.

.... et surtout prendre une marmite beaucoup plus grande !!!

André FRAVAL grand maître incontestable et incontesté (5 toques au guide de l'APPAB)



Bulletin individuel d'adhésion FNPPSF

FÉDÉRATION NATIONALE DES PÊCHEURS PLAISANCIERS ET SPORTIFS DE FRANCE

Pour soutenir l'action de la FNPPSF, je choisis de devenir adhérent, deux formules me sont proposées :

**Vous pouvez demander la liste des associations de votre région au secrétariat de la Fédération.*

- 1 Je deviens membre d'une association affiliée FNPPSF de ma région*.
Tarif : prix de la cotisation associative (variable) + 5,50 € cotisation FNPPSF et 6,50 € abonnement *Pêche Plaisance*.
Règlement global à effectuer auprès de l'association concernée.
- 2 En l'absence d'association affiliée FNPPSF dans ma région, je choisis d'adhérer individuellement à la Fédération.
Cotisation FNPPSF tarif unique : 15 €
(paiement par chèque à : FNPPSF - BP n°14 - 29393 Quimperlé)
- 3 Abonnement *Pêche Plaisance* (4 numéros) : 12 € (+ 3 € frais de gestion)

Votre NOM..... Prénom.....

Adresse

Code postal Ville.....

FNPPSF
BP 14
29393 QUIMPERLÉ
Tél./Fax 02 98 35 02 81
fnppsf@wanadoo.fr