



## FISH AND FISH

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# FISH AND FISH

*Delphine Montalier (de)*

**FISH AND FISH** Delphine Montalier (de)

Les incontournables (30 recettes incontournables : tarama, sole meunière, sardines grillées, lotte à l'américaine, bouillabaisse, palourdes farcies ) + 70 nouvelles recettes qui viennent enrichir ce patrimoine de recettes de la mer : un carnet pratique très riche : les portraits des poissons et crustacés pour s'y retrouver sur l'étal du poissonnier + les cuissons de base (savoir cuire un tourteau, des araignées, des bigorneaux, etc). 2 grandes parties : poissons et fruits de mer, avec un gros enrichissement de la partie pêche à pied (plus de 30 recettes de coquillages et crustacés). Dans chaque partie, classement des recettes par type de cuisson, avec tous les conseils propres à chaque cuisson (au four / poêlées / bbq et plancha / tout cru / frit ). Un reportage en Bretagne pour des photos d'ambiance. Une attention particulière aux poissons 'durables', privilégiés dans les recettes. Photographies de David Japy. Auteur : Delphine Montalier (de) Collection: Les Comptoirs Marabout Date de parution : 10/2011 Nombre de pages : 192 pages

 [Télécharger FISH AND FISH ...pdf](#)

 [Lire en ligne FISH AND FISH ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne FISH AND FISH Delphine Montalier (de)

---

192 pages

Extrait

Avant-propos de Delphine

Quel plaisir de vous livrer la suite de Fish & Fish, la V2 on pourrait dire !

Tout nouveau tout beau... Bien sûr, j'ai gardé des classiques comme la bouillabaisse ou la soupe de poisson, ou «mes» classiques comme la lotte U.S. revisitée ou le tartare de daurade aux lentilles, mais j'ai aussi volontairement laissé les recettes qui avait beaucoup plu... C'est vrai que j'ai souvent entendu mes copains, ou plutôt, mes copines : «La vache, qu'est ce qu'il est bon ton rôti de thon !!! Je n'arrête pas de le faire dès que j'invite des potes à dîner.» Bon même si ce n'est pas très écolo, j'ai tout de même laissé cette recette qui ne pouvait pas disparaître avec la première version de Fish & Fish... C'est pareil pour les encornets farcis que Pauline n'aurait jamais laissé tomber ! Mais il y a plein de nouvelles recettes car ma cuisine a évolué, les goûts changent et je découvre sans cesse de nouveaux ingrédients comme le poivre frais, les graines germées, la bonite séchée ou les couteaux. Miam miam les couteaux, à tester d'urgence.

Et puis nous sommes tous concernés par l'écologie, le «durable»... Alors pour changer un petit peu les habitudes je vous conseille deux choses : ne mangez pas de poisson plus de deux fois par semaine ; choisissez un bon poissonnier en qui vous aurez confiance et qui vous vendra des produits de saison et de qualité. En lisant les premières pages de conseils, vous trouverez toutes les indications nécessaires. Pour ma part, j'ai un peu réduit les portions par personne (de 150 à 130 g). À vous de voir, si vous voulez en acheter plus, ça ne changera rien à la recette.

Tout nouveau aussi le reportage sur la pêche à pied. Vous pourrez vous inspirer des techniques des «pro» pour vous lancer les jours de grandes marées armés de vos haveneaux et crochets pour dégoter, on ne sait jamais, peut-être un homard ou même une étrille... J'adore les étrilles !

Je vous souhaite donc une bonne pêche à travers ce livre. Régalez-vous autant que nous en le réalisant, car nous avons testé et goûté toutes les recettes ! Présentation de l'éditeur

La bible du poisson, revue et enrichie de 70 nouvelles recettes. Les incontournables (30 recettes indémodables : tarama, sole meunière, sardines grillées, lotte à l'américaine, bouillabaisse, palourdes farcies) + 70 nouvelles recettes qui viennent enrichir ce patrimoine de recettes de la mer : un carnet pratique très riche : les portraits des poissons et crustacés pour s'y retrouver sur l'étal du poissonnier + les cuissons de base (savoir cuire un tourteau, des araignées, des bigorneaux, etc). 2 grandes parties : poissons et fruits de mer, avec un gros enrichissement de la partie pêche à pied (plus de 30 recettes de coquillages et crustacés). Dans chaque partie, classement des recettes par type de cuisson, avec tous les conseils propres à chaque cuisson (au four / poêlés / bbq et plancha / tout cru / frit). Un reportage en Bretagne pour des photos d'ambiance. Une attention particulière aux poissons « durables », privilégiés dans les recettes.

Photographies de David Japy. Biographie de l'auteur

Delphine de Montalier est journaliste et styliste culinaire.

Download and Read Online FISH AND FISH Delphine Montalier (de) #V09YJBNC83Z

Lire FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) pour ebook en ligne FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) à lire en ligne. Online FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) ebook Téléchargement PDF FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) Doc FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) Mobipocket FISH AND FISH par Delphine Montalier (de) EPub  
**V09YJBNC83ZV09YJBNC83ZV09YJBNC83Z**