

# SAUCE ARMORICAINE

## Ingrédients:

carapaces de crustacés (préférence langoustines),  
4 tranches de jambon moulignées le plus fin possible,  
2 carottes,  
2 oignons,  
6 à 8 échalotes,  
1 grande boîte de concentré de tomates,  
500 ml de coulis de tomate,  
2 verres de vin blanc,  
cognac,  
huile,  
thym, laurier,  
sel et poivre, quatre épices, cayenne, piment d'Espelette,  
1 verre d'eau.

## Préparation

- ✚ Dans une grande cocotte, mettre de l'huile et faire suer les oignons et les carottes coupées finement; ajouter les carapaces de crustacés en remuant fréquemment; ajouter du cognac (il n'est pas nécessaire de flamber), ajouter le vin blanc et laissez-le réduire.
- ✚ Dans une autre cocotte, mettre de l'huile et faites-y revenir sans brunir les échalotes coupées finement; ajouter le jambon, mouiller avec un verre de vin blanc, et un verre d'eau; ajouter le coulis de tomate et le concentré; ajouter thym et laurier; ajouter sel, poivre et épices.
- ✚ Porter à ébullition, couvrir et laisser cuire doucement au moins pendant 30 minutes.
- ✚ Récupérez le fumet des carapaces et passez-le au chinois au dessus de la préparation tomate, jambon, en broyant avec un pilon, pour obtenir le maximum de jus.
- ✚ Rectifier l'assaisonnement et ajouter du cognac; laisser encore mijoter le plus doucement possible.

N.B. Pour cette recette il n'y a pas de liaison à la maïzena (pour les régimes) ; nous avons mis du jambon pour épaissir.

Cette sauce peut accompagner poisson et crustacés.