

**Lotte à l'armoricaine**

**[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2020/11/lotte-a-larmoricaine-p1210352.psd-r.jpg)Pour 3 ou 4 Croquants-Gourmands**

**- 500 g de queue de lotte (1)**  
**- un peu de farine**  
**- 2 échalotes**  
**- 1 gousse d'ail**  
**- 25 ml de cognac**  
**- 200 ml de vin blanc**  
**- 1 càc de concentré de tomate**  
**- 400 g de pulpe de tomate**  
**- 1 bouquet garni (thym et laurier pour moi)**  
**- 75 ml d'eau**  
**- 2 càc (1 + 1) de fumet de poisson**  
**- Sel & piment d'Espelette**  
**- 70 ml de crème liquide  
- Huile d'olive**  
Sécher les queues de lotte dans un papier absorbant et les couper en tronçons.  
Mettre de la farine dans une assiette et y rouler les dés de poisson pour les enrober sous toutes les faces.  
Faire revenir les morceaux de lotte dans un filet d'huile chaude jusqu'à ce qu'ils soient dorés.  
**Éteindre la hotte.**  
Verser le Cognac et l'enflammer, en faisant bien tourner la poêle pour enrober tous les morceaux.  
Les réserver.  
Éplucher et émincer finement les échalotes et l'ail dégermé.  
Les [**faire suer**](http://croquantfondantgourmand.com/petit-lexique-de-termes-culinaires/) dans la poêle du poisson.  
Ajouter le vin blanc et le laisser s'évaporer à moitié.  
Incorporer le concentré de tomate et bien mélanger.  
Ajouter la pulpe de tomate, mélanger.  
Faire chauffer l'eau et y diluer une cuillerée de fumet de poisson, l'ajouter dans la sauce.  
Déposer le bouquet garni, du sel et du piment d'Espelette.  
Porter à ébullition, puis couvrir et laisser mijoter doucement pendant 30 minutes en remuant de temps en temps.  
Mixer la sauce et la reverser dans la poêle.  
Diluer une cuillerée de fumet de poisson dans la crème et l'ajouter à la sauce.  
Porter à ébullition, rectifier l'assaisonnement si nécessaire et incorporer les morceaux de poisson.  
Laisser frémir à couvert pendant 30 minutes.