

Fumet de peix Thermomix

Com sempre ens falta temps per cuinar, tractaré de donar-te receptes perquè tinguis sempre preparats els teus **fons de cuina**. Començaré amb el fumet de peix. És molt fàcil i econòmic perquè es fan a partir d'espines i caps de peix o marisc.

Jo vaig guardant en el congelador aquestes restes i quan tinc mes o menys 1/2 quilo , ho preparo. Una vegada fet, ho colo i ho distribueixo en pots d'1 litre i ho congelo fins que ho necessito.

Surt un brou molt saborós apunt per preparar arròs, sopes, fideuas...



INGREDIENTS:

500 gr. espines, caps de peix o closques de gambes,
100 gr. pastanaga
100 gr. porro
100 gr api
150 gr. ceba
1 fulla de llorer
Una mica julivert
1 polsim pebre
1.200 gr aigua (si tens TM5 pots posar 200 gr més)

PREPARACIÓ:

1. Posa tots els ingredients en el got i programi **35 min/100º/gir invers/vel cullera**. Coli el brou a través d'un colador de malla fina i utilitza a la seva conveniència.
2. Utilitza el fumet immediatament, ja que no es conserva. Si no ho vas a utilitzar ho congeles