

<http://www.cpalb.fr/lamproie-a-la-bordelaise>



Date de mise en ligne : dimanche 26 mai 2013

---

Copyright © Club de plongée d'Aix les Bains, lac du Bourget - Tous droits réservés

---

### Courses pour 4 personnes :

- 1 belle lamproie vivante d'1 kg
- 6 à 8 beaux poireaux
- 1 litre de vin rouge de Bordeaux
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 ou 3 cuillerées à soupe d'huile ou de graisse de confit
- 200 gr de jambon cru de pays
- 2 cuillerées à soupe de farine
- 1 bouquet garni
- 2 branches de persil plat
- 2 clous de girofle
- 2 morceaux de sucre ou 2 carrés de chocolat
- Quelques petits croûtons frits aillés ou non
- Sel et poivre

### Recette :

### Préparation et cuisson

Vous devez suspendre la lamproie vivante à un clou, lui couper la queue et recueillir le sang. Vous lui mêlez aussitôt un filet de bon vin rouge et vous fouettez pour empêcher la coagulation. Vous raclez la lamproie une fois saignée pour ôter le limon gluant puis la plongez dans de l'eau bouillante pendant 2 à 3 minutes, Vous l'égouttez, la plongez dans de l'eau fraîche pour la refroidir, Vous l'égouttez à nouveau, puis vous la pelez en ôtant sa peau avec un linge rêche. Vous la vider soigneusement et vous la coupez en tronçons d'environ 5 cm de long. Vous épluchez les poireaux et ne conservez que les blancs Vous les coupez en petits tronçons, il faut 3 morceaux de poireau pour un de lamproie. Vous pelez et émincez l'oignon, pelez et hachez l'ail. Vous faites blondir les deux dans une cocotte avec un peu d'huile ou de graisse, sur feu doux. Vous ajoutez le jambon grossièrement haché » et laissez revenir 10 mn. Vous poudrez alors avec de la farine, mélangez, mouillez avec le vin, ajoutez le bouquet garni, l'ail, le sucre ou le chocolat, les clous de girofle, Vous couvrez et laissez mijoter environ 1 heure. Vous introduisez alors les morceaux de lamproie dans la cocotte en les enfouissant bien. Vous salez et poivrez et laissez cuire encore 40 minutes environ, sur feu très doux.

### Finition et présentation

Vous prélevez les morceaux de lamproie et vous les dressez dans un plat creux bien chaud. Vous versez le sang dans la sauce, délayez soigneusement pour bien lier, mais surtout sans faire bouillir.

Dans chaque assiette, vous nappez le poisson dans la sauce et entourez de petits croûtons frits.

## Vin d'accompagnement

Un vin rouge de Bordeaux, pourquoi pas le Côtes de Bourg rouge Château l'Hospital.