

# « LE GEFILTE FISH SELON ANNIE »

## 1 - Quelques conseils pour acheter vos carpes

*Choisir des carpes de 1,5 à 2 kg maximum, plutôt longues car si elles ont un gros ventre les tranches auront un gros trou...*

Demander au poissonnier (spécialisé) :

- 1- de couper les carpes en tranches moyennes à partir de la tête
- 2- de faire les queues en filets
- 3- de couper les têtes en deux (plus faciles à mettre dans la marmite !)
- 4- de vous donner tous les déchets (arrêtes, peaux carcasses)

Pour la farce, prendre 1 à 2 carpes découpées en filets.

- S'il y a de la laitance, la faire cuire dans le court-bouillon
- S'il y a des œufs, en faire du tarama (c'est un « must »)

## 2 - Préparation

a) Dans une poissonnière (de préférence) ou une grande marmite, préparer un court-bouillon avec eau, têtes, carcasses, persil plat, un gros oignon émincé, carottes coupées en rondelles fines, sel, poivre, sucre (selon les origines). Goûter pendant la cuisson et rectifier l'assaisonnement si nécessaire

b) pendant ce temps, évider les tranches des carpes sans abîmer la peau

c) Hâcher les filets, la chair retirée des tranches et un gros oignon (grille à gros trous). Ajouter 2 à 3 œufs, sel, poivre, sucre (toujours selon les origines), et une cuillère à soupe d'amandes en poudre (amères de préférence et surtout pas de farine de pain azime), un verre d'eau. Goûter la farce crue et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

d) Reconstituer chaque tranche avec la farce ainsi obtenue et les mettre au fur et à mesure à cuire (mouiller auparavant à l'eau froide chaque face de la tranche pour faire adhérer la farce)

e) S'il reste de la farce en faire des grosses boulettes

f) Laisser cuire à couvert 1 h à 1 h 30 selon la quantité. Laisser complètement refroidir dans la marmite.

g) Déposer les tranches sur le(s) plats de service ; verser le court-bouillon (passé au préalable dans une passoire) dans un grand bol (ou saladier) avec les carottes récupérées dans la passoire. Décorer chaque tranche avec une rondelle de carotte. Mettre le tout au réfrigérateur.

Le poisson se mange avec la gelée (court-bouillon), du raifort (rouge ou blanc), de la « khala - pain natté brioché » et, bien sûr, un bon vin blanc.

Ce plat est particulièrement adapté (et recommandé) pour les fêtes de Rosh Hashana et Pessah.

**N. B.** Il est recommandé de préparer le Gefilte fish la veille pour le lendemain.