

Pétoncle saisi, bolognaise de corail et poireaux rôtis

Recette pour 4

Description

Une manière originale de goûter à la fraîcheur du pétoncle, accompagné de son corail tout en saveur.

Ingrédients

Bolognaise de Corail

- 200 Gr Corail (pétoncle)
- 2 Unité(s) Échalote française
- 2 Gousse(s) Ail haché
- 1 Unité(s) Carotte
- 1 Feuille(s) Laurier
- 300 Ml Vermouth (vin)
- 1.50 Litre(s) Fumet de poisson
- 40 Gr Pâte de tomate
- 10 Feuille(s) Basilic

- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Pétoncles

- 4 Unité(s) Pétoncle géant (u10)

- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Poireau Rôtis

- 2 Unité(s) Poireau

- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **350 F°**

Mise en place

Épluchez et ciselez les échalotes, hachez finement l'ail.

Épluchez les carottes, les détailler en mini brunoise (petits cubes).

Préparez le fumet de poisson et gardez le au chaud.

Défaire les feuilles de basilic.

Regardez à retirer le muscle des pétoncles, qui devient immangeable après cuisson.

Néttroyez les poireaux sous l'eau froide, coupez ensuite des tronçons de 4 à 5 cm de long.

Bolognaise de corail

Dans une casserole chaude avec de l'huile, faites revenir l'échalote, ajoutez l'ail, la feuille de laurier, la mini brunoise de carotte. Tout en remuant, laissez cuire à feu doux 3 à 4 minutes, ensuite ajoutez le corail. Laissez cuire encore deux minutes.

Ajoutez par la suite le concentré de tomate, laissez cuire deux minutes à nouveau. Déglacez avec le vin cuit Vermouth, laissez réduire (enlever l'acidité). Ajoutez le fumet de poisson, laissez encore mijoter 4 à 5 minutes.

Si vous souhaitez une bolognaise plus épaisse, ajoutez-y un peu de fécule de maïs déliée dans de l'eau.

Vérifiez l'assaisonnement en sel et poivre.

Pétoncles

Assaisonnez de fleur de sel chaque surface des pétoncles. Dans une poêle chaude avec de l'huile, saisissez les pétoncles 30 à 40 secondes de chaque bord.

Réalisez cette opération juste avant de les servir, il n'est pas bon de devoir les réchauffer. Dans ce cas-ci vous les rendriez caouchouteuse, suite à une sur cuisson.

Poireaux Rôtis

Dans une poêle chaude avec de l'huile et une noisette de beurre, faites revenir les tronçons de poireau. une fois, une belle coloration obtenue, les rentrez dans un four pour une durée d'environ 15 minutes. Assurez-vous de leur cuisson en les piquants avec la pointe d'un couteau.

Assaisonnez de sel et de poivre.

Montage

Au fond d'une assiette sombrero, déposez la bolognaise de corail, posez dessus le pétoncle, il nous vous reste plus qu'à déposer joliment les tronçons de poireau.

Donnez un tour de moulin à poivre sur l'ensemble.

Bon appétit!