

Pétoncles poêlés, pleurotes sautées et purée de carottes au cumin |

Recette pour 4 personnes

Description

Pétoncles caramélisés, accompagnés d'une poêlée de champignons. le cumin réhaussera la purée de carottes qui se mariera très bien avec la garniture des sous bois.

L'astuce du chef

La sorte de champignon peut varier selon vos goûts.

Ingrédients

Pétoncles

- 8 Unité(s) Pétoncles U15
- 50 Gr Beurre
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Pleurotes

- 200 Gr Pleurotes
- 50 Gr Beurre
- 50 Ml Huile de canola
- 2 Gousse(s) Ail haché
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Purée de carotte

- 400 Gr Carotte
- 200 Ml Eau
- 200 Ml Lait
- 3 Cuil. à soupe Cumin moulu
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Garniture et finition

- 1 Unité(s) Zeste(s) de citron
- 1 Unité(s) Zeste(s) de lime
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

Mise en place

Enlevez le petit muscle sur le côté de chaque pétoncle.

Bien séparer chaque pleurote, coupez les bases de celles-ci légèrement pour les séparer.

Épluchez les carottes et les couper en petits cubes. (brunoise)

Pétoncles

Dans une poêle, faire fondre le beurre jusqu'à ce qu'il mousse. Saisir les pétoncles pendant 1 minute et 30 secondes de chaque côté, le beurre doit être très chaud.

Les réserver sur un papier absorbant.

Au moment du dressage, vous pouvez flasher quelques secondes les pétoncles dans un four chaud avant de les servir.

Pleurotes

Faire fondre le beurre et l'huile de canola ensemble jusqu'à ce que ceux-ci moussent, saisir les pleurotes 5 minutes de chaque côté pour bien les caraméliser.

Ajoutez l'ail après le premier 5 minutes.

Assaisonnez de sel et poivre à la toute fin de la cuisson.

Purée de carotte

Mettre la brunoise de carotte dans une casserole avec l'eau et le lait, amener à ébullition et cuire jusqu'à cuisson complète de la carotte, environ 30 minutes. A l'aide d'une araignée (ou écumoire), prendre les morceaux de carottes seulement et les mettre dans un Vitamix (Blender), ajoutez un peu du liquide de cuisson au besoin, ensuite, ajoutez le cumin, du sel et du poivre. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse.

Montage et finition

Faire une belle virgule avec la purée de carottes au fond de l'assiette, y ajouter les pleurotes sautés dans le creux de la virgule, le tout couronné de nos délicieux pétoncles. Avec un zeste frais de citron et de lime sur le dessus et quelques pousses.

Bon appétit!