

Fruits de mer

Saint-jacques romanesques en coquille



1h 45 min 15 min 0 548

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Découpe du chou

- 1 Couper quelques sommités du chou qui serviront pour le dressage et les réserver dans un bol.
- 2 Couper ensuite la base du chou. Le détailler en deux puis à nouveau en deux. Enlever le cœur, la partie blanche.
- 3 Détacher les sommités à la main et les réserver dans une assiette.
- 4 Mettre à chauffer une casserole d'eau et la saler. Plonger le chou romanesco quand l'eau bout, le laisser cuire pendant 8 à 10 min.

Étape 2

Préparation des Saint-Jacques

- 1 Glisser un couteau d'office dans l'ouverture latérale de la Saint-Jacques et gratter l'intérieur pour décoller le chapeau.
- 2 Il est important d'utiliser un couteau sans dents pour éviter d'abîmer les Saint-Jacques.
- 3 Retirer la barde (la dentelle) qui se trouve autour de la noix. Glisser le doigt entre la noix et la dentelle tout

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les Saint-Jacques

8 unité(s) entière(s)
Coquille(s) Saint-Jacques
20 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la purée de chou romanesco

2 **Chou(x)**
40 g **Beurre**
15 cl **Crème liquide
(fleurette)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

15 cl **Crème liquide
(fleurette)**
80 g **Crouton(s)**

autour puis la retirer au-dessus d'un saladier.

- 4 Les plonger dans un saladier d'eau froide, la tête en bas pour que le sable tombe au fond du saladier.
- 5 Prendre un autre saladier d'eau froide et nettoyer délicatement les noix de Saint-Jacques à l'aide d'un pinceau.
- 6 Racler le creux de la coquille à l'aide d'une cuillère à soupe pour décoller la noix. Retirer le nerf blanc à l'aide d'un couteau d'office.
- 7 Nettoyer les coquilles vides en grattant avec le doigt. Réserver.

4 cl **Jus de citron**

1 **Sel**

Étape 3

Préparation de la purée

- 1 Tester la cuisson du chou en le piquant à l'aide d'un couteau : s'il est cuit, il ne doit pas y avoir de résistance.
- 2 Retirer le chou de la casserole à l'aide d'une écumoire, le déposer sur un tamis.
- 3 A l'aide d'une corne, réduire le chou en purée pour le faire passer par les mailles du tamis.
- 4 Mettre la purée dans une casserole et faire chauffer sur feu doux. Ajouter la crème et mélanger à l'aide d'un fouet.
- 5 Ajouter progressivement le beurre noisette. Assaisonner de sel et de poivre puis mélanger.
- 6 Réserver la purée au chaud.

Étape 4

Cuisson des Saint-Jacques

- 1 Verser un filet d'huile dans une poêle et faire chauffer.
- 2 Une fois l'huile chaude, saler les noix de Saint-Jacques et les mettre dans la poêle. Laisser colorer d'un côté avant de les retourner.
- 3 Ajouter le beurre quand les noix sont colorées et les arroser de beurre fondu. Arrêter le feu, les noix ne doivent pas être caoutchouteuses.

Étape 5

Dressage

- 1 Verser la crème et le jus de citron dans un bol. Mélanger à l'aide d'un fouet.
- 2 Détailler les sommités de chou crus en lamelles à l'aide d'une mandoline.
- 3 Disposer deux coquilles vides par assiette et disposer un peu de purée de chou au centre de chacune des coquilles.
- 4 Disposer une noix de Saint-Jacques poêlée sur chaque coquille. Verser quelques pointes de crème citronnée sur la purée.
- 5 Décorer avec des lamelles de chou romanesco cru et des triangles de croûtons de pain. Terminer en assaisonnant la noix de sel de Maldon.