

Noix de Saint Jacques poêlées, vinaigrette crémeuse à la mangue et romarin

Ingrédients pour 6 personnes

- 18 noix de Saint Jacques,
- 15 cl d'huile d'olive,
- 6 cl de Chablis,
- 6 cl d'eau,
- ½ mangue,
- 1 branche de romarin,
- Sel,
- Poivre,
- 300 g de roquette.
- Temps de préparation : 20 minutes
- Temps de cuisson : 5 minutes



Recette

- Bien nettoyer les noix des coquilles Saint-Jacques, puis les éponger sur un linge propre.
 - Eplucher la mangue et couper la chair en petits morceaux.
 - La disposer dans le bol du blender, ajouter les feuilles de romarin, le Chablis, l'eau, assaisonner de sel et de poivre et mixer jusqu'à obtenir une purée fine (s'il est difficile de mixer, ajouter un peu d'eau pour fluidifier la purée).
 - Verser alors progressivement l'huile d'olive pour monter la sauce et réserver.
 - Dans une poêle chaude antiadhésive, verser un filet d'huile d'olive et cuire à feu vif les noix de Saint-Jacques pendant environ 1 minute de chaque côté. Elles doivent être bien dorées.
 - Les assaisonner de sel et de poivre.
 - Les dresser aussitôt sur une assiette avec un bouquet de roquette et ajouter un cordon de sauce à la mangue.
-
- Accord vin : Côte d'Auxerre