

Fruits de mer

Tournedos de saint-jacques, crème d'endives



45 min **25 min** **20 min** **0** **416**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la tombée d'endives

- 1 Couper l'endive en deux, retirer le cœur et la tailler en julienne. Réserver dans un saladier. Continuer avec les endives suivantes.
- 2 Citronner légèrement les endives pour qu'elles ne s'oxydent pas.
- 3 Ciseler la ciboulette préalablement lavée. Réserver dans un bol.
- 4 Peler les oranges à vif, prélever les segments au dessus d'un récipient.
- 5 Presser le jus des membranes dans un bol. Transvaser dans le bol le jus rendu par les segments.
- 6 Faire chauffer une poêle, ajouter l'huile d'olive.
- 7 Ajouter les endives. Les faire suer sur feu moyen en mélangeant pour qu'elles ne colorent pas trop.
- 8 Saler et poivrer, bien remuer.
- 9 Déglacer avec le jus des oranges.
- 10 Ajouter la crème et la ciboulette, mélanger puis éteindre le feu. Réserver au chaud.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les tournedos de Saint-Jacques

16 **Noix de Saint-Jacques**
 2 **Courgette**
 2 **Orange(s)**
 1 trait **Huile d'olive**
 1 **Fleur de sel**
 1 **Poivre**

Ingrédients pour la crème d'endives

4 **Endive(s)**
 1 **Citron(s)**
 0.25 botte(s) **Ciboulette**
 4 cl **Huile d'olive**
 5 cl **Crème liquide (fleurette)**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

Étape 2

Préparation des tournedos de Saint Jacques

10 cl **Vinaigre
balsamique**

- 1 Préchauffer le four à 240°C(Th.8).
- 2 Prendre une courgette préalablement lavée, couper les extrémités. Tailler de fines tranches dans la longueur à l'aide de la mandoline. Recommencer avec les suivantes.
- 3 Disposer les tranches de courgettes sur une planche. Poser une noix de Saint Jacques en bas de chaque lamelles de courgette.
- 4 Enrouler chaque noix de Saint Jacques d'une tranche de courgette. Piquer à l'aide d'un cure dent pour maintenir l'ensemble.
- 5 Les disposer sur une plaque de cuisson chemisée d'un papier sulfurisé. Assaisonner les Saint Jacques de fleur de sel, de poivre et d'un filet d'huile d'olive.
- 6 Enfournier pendant environ 5 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir les St Jacques du four.
- 2 Sur une assiette longue, disposer un lit d'endives.
- 3 Tracer un trait de chaque côté de réduction de balsamique. Donner du mouvement aux traits à l'aide d'un cure dent.
- 4 Disposer les tournedos de Saint Jacques sur les endives en retirant les cure dents.
- 5 Disposer un segment d'orange entre chaque tournedos de St Jacques.