

*Finger food*

# Blancs de seiche grillés au chorizo et aux tomates cocktail



<b>25 min</b>	<b>20 min</b>	<b>5 min</b>	<b>0</b>	<b>319</b>
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

225 g **Seiche**  
 12 **Tomate(s) cerise**  
 1 **Chorizo**  
 1 pincée(s) **Poudre de réglisse**  
 1 **Huile d'olive**  
 1 **Sel**  
 1 **Poivre**

## Étape 1

Préparation et découpe du blanc de seiche

- 1 A l'aide d'un couteau éminceur, tailler les blancs de seiche en cubes d'environ 1,5 centimètre. Réserver dans une assiette.
- 2 Réserver les parures de la seiche dans un bol. Elles pourront être utilisées pour une autre préparation, cuites à l'huile d'olive dans une poêle et assaisonnées de persil par exemple.
- 3 Couper le chorizo en grosses rondelles à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver.
- 4 Couper des rondelles d'environ 1 centimètre d'épaisseur car le chorizo va réduire à la cuisson.
- 5 Choisir des tomates cerise de même calibre pour une cuisson homogène et une plus belle présentation.
- 6 Retirer le pédoncule des tomates cerise.

## Étape 2

Cuisson des blancs de seiche

- 1 Faire chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle.

- 2 Lorsque la poêle est bien chaude, déposer les cubes de seiche pour les faire saisir pendant environ 2 minutes de chaque côté.
- 3 La cuisson des seiches doit être brève mais intense pour éviter le résultat caoutchouteux qu'engendrerait une cuisson prolongée.
- 4 Assaisonner de sel vanillé et de poivre du moulin.
- 5 Retourner les seiches à l'aide d'une pince pour les faire colorer sur l'autre face.
- 6 Ajouter éventuellement de l'huile si la poêle est trop sèche.
- 7 Saler et poivrer.
- 8 Quand les blancs de seiche sont bien colorés, retirer la poêle du feu.

### Étape 3

#### Préparation des brochettes

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Piquer une tomate cerise, puis un morceau de chorizo et un cube de seiche dans un pic en bois.
- 3 Disposer les brochettes dans un plat allant au four et les saupoudrer d'un peu de poudre de réglisse.
- 4 La poudre de réglisse peut être substituée par de la poudre d'anis ou du poivre de Jamaïque.
- 5 Enfourner les brochettes à 180°C (Th.6) pendant environ 5 minutes.

### Étape 4

#### Dressage

- 1 Sortir les brochettes du four.
- 2 Disposer harmonieusement les brochettes sur une ardoise.