

Entrées froides aux produits de la mer

Blanc de seiche et purée de betterave



15 min **10 min** **5 min** **0** **195**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la seiche

300 g **Seiche**
 0.5 **Citron(s)**
 1 c. à soupe **Huile d'olive**
 1 **Fleur de sel**
 1 **Piment d'Espelette**

Ingrédients pour la purée de betterave

200 g **Betterave(s) rouges(s) cuite(s)**
 2 c. à soupe **Vinaigre de cidre**
 5 cl **Huile d'olive**
 5 cl **Eau**
 1 **Fleur de sel**
 1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la purée de betterave

- 1 Avec un couteau d'office, couper les betteraves en morceaux et les déposer dans un verre mesureur. Mixer avec le mixeur plongeant.
- 2 Si le mixeur à du mal à broyer les betteraves, verser quelques gouttes d'eau dans le verre.
- 3 Verser le vinaigre de cidre et continuer de mixer. Saler, poivrer et verser de l'huile d'olive. Mixer une dernière fois pour mélanger puis débarrasser la purée dans un bol avec une maryse puis réserver.

Étape 2

Préparation des blancs de seiche

- 1 Avec un couteau d'office, couper les parties dures du blanc de seiche.
- 2 Avec un couteau éminceur, tailler des bandes assez larges puis réaliser des incisions pour strier la surface des blancs de sèche.
- 3 Il est aussi possible de tailler les bandes en carrés pour une présentation différente. Veiller à strier chaque morceau pour une meilleur cuisson. Réserver sur une assiette.

- 4 Faire chauffer sur feu vif une poêle avec de l'huile d'olive. Lorsque la poêle est chaude, déposer les blancs de seiche.
- 5 Après une minute d'un côté, retourner les blancs avec une spatule. La seiche doit être juste marquée, il ne faut pas qu'elle devienne caoutchouteuse.
- 6 Assaisonner de sel, de jus de citron, de piment d'Espelette et débarrasser les blancs de seiche sur une grille.

Étape 3

Dressage

- 1 Avec le couteau éminceur, découper la bande de seiche en très fines lamelles.
- 2 Sur une assiette de dressage, déposer un trait de purée de betterave puis disposer les blancs de seiche par dessus. Assaisonner d'un peu de sel et de piment d'Espelette. Servir aussitôt.