

Entrées chaudes aux produits de la mer

Plancha de saint-jacques aux deux asperges



1h01

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

1 min

CUISON

0

REPOS

384

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la plancha de Saint- Jacques

20 **Noix de Saint-Jacques**

1 kg **Asperge(s) verte(s)**

1 botte(s) **Asperge(s)
verte(s)**

25 cl **Fumet de poisson**

25 cl **Crème fraîche
épaisse**

4 tige(s) **Ciboulette**

Étape 1

Préparation et cuisson des asperges

- 1 Laver et éplucher les asperges vertes à l'aide d'un économètre.
- 2 Tailler les asperges à l'aide d'un couteau d'office en réservant les pointes.
- 3 Tailler les queues d'asperge en rondelles et les mettre à cuire dans une casserole avec le fumet de poisson pendant 15 minutes.
- 4 Ajouter ensuite la crème et laisser cuire 15 minutes encore.
- 5 Verser la préparation d'asperges dans la cuve d'un blender et mixer. Réserver au chaud.
- 6 Porter à ébullition une casserole d'eau puis y plonger les asperges des bois ainsi que les pointes d'asperges vertes.
- 7 Quand les asperges sont cuites, déposer les asperges vertes sur une assiette recouverte de papier absorbant à l'aide d'une écumoire.
- 8 Sortir également les asperges des bois et former des petits fagots à l'aide des bruns de ciboulette. Réserver

au chaud.

Étape 2

Cuisson des Saint-Jacques

- 1** Faire chauffer une poêle anti-adhésive puis faire revenir les Saint-Jacques 30 secondes par face.
- 2** Passer aussitôt au dressage.

Étape 3

Dressage

- 1** Napper joliment une assiette et déposer un petit fagot d'asperges vertes.
- 2** Dresser 5 noix de Saint-Jacques par personne puis déposer les asperges vertes et servir aussitôt.