

Petites cocottes de noix de Saint-Jacques et crevettes safranées

Pour 3 mini-cocottes:

- 1 douzaine de noix de Saint-Jacques (surgelées pour moi, décongelées dans un peu de lait)
- 1 grosse poignée de crevettes roses décortiquées (idem)
- 1 échalote
- 1 noix de beurre + 1 filet d'huile
- 2 cs de vin blanc moelleux
- 20 g de maïzena
- 300 g de lait
- 2 cc bombées de fumet de poisson
- une petite pincée de pistils de safran
- 2 cs de parmesan râpé
- 2 cs de chapelure
- sel, poivre



Quelques heures avant de commencer la recette, faire infuser les pistils de safran dans le lait qui sera utilisé pour la sauce.

Dans une poêle, faire chauffer le beurre et l'huile et y saisir les noix de Saint-Jacques (environ 1 à 2 min par face, selon la grosseur). Saler et poivrer. Répartir dans les cocottes.

A la place dans la même poêle, faire revenir l'échalote finement ciselée et les crevettes. Saler légèrement. Déglacer avec le vin et chauffer à feu moyen jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide. Répartir dans les cocottes.

Délayer la maïzena dans un peu de lait froid et faire chauffer le reste de lait dans une casserole. Ajouter la maïzena délayée dans la casserole et faire épaissir sur feu doux sans cesser de remuer. Ajouter le fumet de poisson ainsi que le safran. Ajuster l'assaisonnement si nécessaire. On peut également tout mettre dans le thermomix et cuire 4 min 30, à 90°, vitesse 4. Verser la sauce dans les cocottes. Saupoudrer de parmesan et de chapelure. Faire gratiner sous le gril du four quelques minutes.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com>