

Pétoncles géants à l'unilatéral, risotto crémeux, sauce aigrette |

Recette pour 4 personnes

Description

Pétoncles géants poêlés sur un risotto crémeux dans son plus simple appareil, accompagnés d'une sauce aigrette réhaussée avec la moutarde Maille au miel et vinaigre balsamique de Modène.

L'astuce du chef

La gamme des moutardes Maille est très riche, alors n'hésitez pas à choisir une autre moutarde pour cette recette.

Ingrédients

Pétoncles

- 12 Unité(s) Pétoncle géant (u12)
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Risotto

- 300 Gr Riz arborio
- 150 Gr Oignon
- 200 Ml Vin blanc
- 1 Litre(s) Fumet de poisson
- 50 Gr Parmesan râpé
- 100 Ml Crème 35%
- 3 Branche(s) Thym
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Sauce

- 100 Gr Échalote
- 75 Ml Vinaigre balsamique
- 100 Ml Demi-glace de veau
- 30 Ml Moutarde au miel
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Légume vert du moment

- 200 Gr Courgette
- 12 Unité(s) Asperge verte
- 4 Poignée(s) Épinards
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Ciselez l'oignon et l'échalote. Hachez le thym finement. Faites chauffer le fumet de poisson. Râpez le parmesan.

Selon la saison choisissez et préparez un légume vert :

-Pelez la base des asperges et taillez les en macédoine avant de les faire cuire dans un peu d'huile d'olive. Il ne restera qu'à les ajouter au dernier moment dans votre risotto.

-Ciselez les feuilles d'épinards et il ne restera qu'à les ajouter au dernier moment dans votre risotto.
-Taillez la courgette en macédoine avant de les faire cuire dans un peu d'huile d'olive. Il ne restera qu'à les ajouter au dernier moment dans votre risotto.

Pétoncle

Salez et poivrez les pétoncles de chaque côté. Dans une poêle chaude avec de l'huile végétale, faites saisir les pétoncles d'un seul côté. Après une minute de cuisson, ajoutez une petite noix de beurre et cuire une minute de plus. Réservez sur une plaque de cuisson avec un papier parchemin.

Risotto

Dans une casserole chaude avec de l'huile d'olive, faites suer l'oignon, ajoutez le riz, le thym et faites nacrer. Couvrez le riz avec le vin blanc et cuire jusqu'à absorption totale, couvrez avec le fumet et laissez cuire jusqu'à absorption totale. Répétez l'opération jusqu'à ce que le riz soit cuit. Ajoutez la crème et le parmesan, et réservez au chaud.

Sauce

Dans une casserole chaude avec un peu d'huile végétale, faites suer l'échalote, déglacez avec le vinaigre balsamique et faites réduire jusqu'à obtenir un sirop, ajoutez la demi-glace et cuire jusqu'à consistance nappante. Retirez du feu et ajoutez la moutarde au miel et au vinaigre balsamique de Modène.

Dressage

Mettez les pétoncles au four pour 3 minutes. Dans une assiette, mettez 2 cuillères à soupe de risotto, les pétoncles sur le dessus, et la sauce autour. Décorez avec une pluche d'herbe fraîche.

Bon appétit!