Coquelets au citron vert et gratin de concombre

Pour les coquelets :

Préparation 45 mn

Cuisson 40 mn

Marinade 2 à 3 h

Les ingrédients pour 6 personnes :

3 beaux coquelets

6 citrons verts

1/2 l de vin blanc sec

2 oignons moyens

2 carottes

2 c à s d'huile d'olive

Estragon, persil, cerfeuil, basilic, ciboulette, sauge

50 g de crème fraîche (j'en mets plus)

Sel et poivre

Pour les gratins de concombres :

Préparation 20 mn

Cuisson 35 à 40 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

3 concombres

50 g de beurre

125 g de crème

1 jaune d'oeuf

Sel et poivre

Préparation des coquelets :

2 ou 3 heures avant de cuisiner fendre les coquelets en 2 dans la longueur, les aplatir et les mettre dans un plat en terre ou en verre à feu. Parsemer d'herbes ciselées, aucune herbe ne doit dominer les autres. Arroser avec la marinade préparée avec le vin blanc, le jus de 4 citrons verts, 1 c à s d'huile d'olive, sel et poivre. Retourner fréquemment les morceaux.

Peler à vif les 2 autres citrons, recueillir les suprêmes et réserver. Voir la technique ici.

Dans une casserole faire fondre dans 1 c à s d'huile d'olive les carottes râpées, les oignons hachés et une pincée de toutes les herbes. Lorsque

les légumes commencent à blondir les mettre dans un plat allant au four et poser les coquelets égouttés côté peau dessus. Cuire à four chaud 220° pendant 20 à 25 mn. Les retourner et terminer la cuisson sans laisser trop colorer.

Pendant ce temps faire réduire la marinade des 2/3 à grand feu en écumant si besoin est.

Quand les coquelets sont cuits les mettre sur le plat de service, dégraisser le jus de cuisson et déglacer avec la marinade réduite en raclant les sucs attachés. Faire mijoter quelques minutes et passer au chinois. Ajouter la crème en quantité suffisante, j'en mets plus que 50 g et les suprêmes de citrons réservés. Chauffer sans bouillir et verser sur les coquelets.

Préparation du gratin de concombre :

Eplucher les concombres et les couper en 4 dans la longueur. Retirer les graines et couper la chair en dés.

Les éponger avec du papier absorbant et les mettre dans un plat à gratin. Saler et poivrer et parsemer de beurre. Mettre à four chaud 220° pendant 30 mn environ. Vérifier la cuisson et verser la crème enrichie du jaune d'oeuf sur les concombres. Passer quelques minutes sous le grill du four pour colorer légèrement. Ne laisser pas bouillir après avoir ajouter la crème. Le mieux est de surveiller.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>