

Salade de langoustines, noix de Saint-Jacques et suprêmes d'orange

Les ingrédients pour 2 personnes :

6 langoustines
6 noix de Saint-Jacques avec corail
1 orange
1 échalote
1 trévis
2 petites poignées de mâche
2 petites poignées de pousses d'épinard
Huile d'olive
Vinaigre balsamique blanc
Sel et poivre

Peler l'orange à vif et lever les suprêmes (technique ici). Recueillir le jus qui s'écoule pendant cette étape et le réserver. Eplucher et hacher l'échalote.

Dans une petite poêle faire revenir l'échalote dans un filet d'huile d'olive. Elle ne doit pas prendre couleur. Quand elle devient translucide la mettre dans un saladier. Ajouter 1 belle c à s de balsamique blanc, sel, poivre, 2 c à s d'huile d'olive et le jus d'orange réservé.

Décortiquer les queues de langoustines en ne gardant que le dernier anneau. Enlever le boyau noir en le tirant légèrement.

Laver les salades et les mettre dans le saladier.

Dans une poêle mettre un peu d'huile d'olive et saisir les queues de langoustines ainsi que les noix de Saint-Jacques assaisonnées. Ne surtout pas trop les cuire pour qu'elles ne durcissent pas. Pendant la cuisson mêler la salade et la répartir dans les assiettes. Ajouter les suprêmes d'orange et terminer en mettant les langoustines et les Saint-Jacques. Servir sans attendre.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>