



nfm
NORMANDIE
FRAICHEUR MER
Pour une pêche responsable

Préserver les richesses de la mer,
et les faire découvrir !

Coquille Saint-Jacques au lait de coco façon thaïe



Coquille Saint-Jacques au lait de coco thaïe

Recette à préparer en 40 minutes

Difficulté :

Budget : Moyen

Recette de Julie SOUCAIL, Styliste culinaire

Ingrédients pour 4 pers. :

12 coquilles Saint-Jacques avec leur corail
1 petite échalote
1 cuillère à soupe d'huile + (1 filet)
20 cl de lait de coco
10 cl de bouillon de volaille
1/2 cuillère à café de pâte de curry rouge
3 cuillère à café de sauce soja
1 cuillère à soupe de jus de citron vert
4 brins de coriandre

Coquille Saint-Jacques



Pecten maximus

La Normandie est la 1^{ère} région française de pêche de coquille St-Jacques. Deux labels rouge y ont été obtenus pour ce précieux coquillage, pêché chaque jour à la drague, par des bateaux de 10 à 16 m.

Saisonnalité : Jan Feb Mar Avr Mai Jun Jul Aou Sept Oct Nov Dec

Absent Basse saison Moyenne saison Haute saison

Préparation :

Eplucher et émincer l'échalote. Effeuillez et ciselez la coriandre.
Rincer et éponger soigneusement les noix de coquilles Saint-Jacques.

Faire revenir quelques minutes l'échalote, dans une casserole huilée. Ajouter le lait de coco, le bouillon de volaille, la pâte de curry rouge et la sauce soja. Fouetter l'ensemble jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Le porter à l'ébullition et le laisser chauffer ainsi pendant 2 min. Couvrir la casserole et maintenir au chaud.

Poêler les coquilles Saint-Jacques 1 min30 de chaque côté dans une poêle avec 1 cuillerée à soupe d'huile. Retirer de la poêle et réserver au chaud.

Mixer la sauce à puissance maximale pour obtenir une émulsion légère. Ajouter le jus de citron vert.

Dresser les coquilles Saint-Jacques dans 4 assiettes creuses, répartir l'émulsion, parsemer de feuilles de coriandre ciselée.



+ 600 recettes et conseils préparation !
+ 50 fiches espèces : poissons, coquillages et crustacés

www.normandiefraicheurmer.fr

Le portail de la Pêche de Normandie !

GRUPEMENT QUALITE
DES MARINS-PECHEURS
CRIEES ET MAREYEURS
DE BASSE-NORMANDIE
02 31 51 21 53 - lettre@nfm.fr

