

CLAFOUTIS DE SAINT-JACQUES AUX ÉPINARDS

Août 2019

Ingédients (4 personnes) :

- ★ 16 noix de Saint-Jacques fraîches ou surgelées (400 g)
- ★ 500 g de pousses d'épinards
- ★ 1 échalote (30 g)
- ★ 80 g de beurre (30 + 30 + 20)
- ★ 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 30 g de farine
- ★ 30 g de Maïzena
- ★ 2 œufs
- ★ 20 cl de crème fleurette
- ★ 40 g d'emmental râpé
- ★ 1 pincée de piment d'Espelette en poudre
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Égouttoir, Moule à gratin, 2 poêles, Fouet, Jatte

Préparation : 20 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 35 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 15,15 € (soit 3,79 € par personne)



Recette :

Si les noix de Saint-Jacques sont surgelées, les laisser décongeler à température ambiante sur du papier absorbant, les rincer, les sécher; si elles sont fraîches, les rincer, les sécher. Peler l'échalote et l'émincer finement. Laver les épinards à l'eau courante, les équeuter et ôter les nervures les plus grosses, les égoutter (les presser pour éliminer le maximum d'eau).

Faire fondre 30 g de beurre dans une large poêle, incorporer les épinards et l'échalote émincée, saler, poivrer et laisser suer à feu doux en remuant environ 8 minutes, les réserver. Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C) durant 10 minutes. Dans une poêle, faire fondre 30 g de beurre avec l'huile et faire dorer les Saint-Jacques à feu mi-vif 1 minute par face, les réserver. Dans une jatte battre au fouet la farine, la Maïzena, les œufs et une pincée de sel jusqu'à obtenir un mélange homogène, incorporer la crème et une pincée de piment d'Espelette.

Beurrer un plat à gratin avec le beurre restant (20 g), déposer les épinards sur le fond, verser à la crème aux œufs, répartir les noix de Saint-Jacques, saupoudrer d'emmental râpé et enfourner pour 25 minutes. Servir bien chaud avec une salade verte.

Boisson :

Un Sancerre blanc ou un Saint-Véran servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.