

MOULES À LA CRÈME

Mars 2005 (Actualisé en février 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 3 Kg de moules de bouchot (ou 4 litres)
- ★ 4 échalotes
- ★ 25 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 1 œuf
- ★ 2 cuillères à soupe de farine
- ★ 6 brins de persil
- ★ 10 cl de crème fraîche liquide
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Grande Sauteuse, Bol, Chinois, Fouet, Casserole, Grand Plat

Préparation : 20 mn

Cuisson : 10 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 12,10 € (Soit 3,03 € par personne)



Recette :

Nettoyer les moules à l'eau courante, gratter les coquillages qui adhèrent à la coquille et retirer le byssus (barbe); jeter les moules qui restent ouvertes. Peler les échalotes et les émincer finement. Ciseler le persil. Dans une grande sauteuse verser les moules, ajouter les échalotes hachées, le vin blanc, la moitié du persil et faire ouvrir les moules à feu vif en remuant souvent. Saler modérément, poivrer généreusement. Casser l'œuf et séparer le jaune du blanc. Dans un bol mélanger au fouet le jaune d'œuf, la crème et la farine.

Quand les moules sont ouvertes, séparer les deux valves et ne conserver que la demi coquille qui contient la moule; les disposer à plat dans un grand plat et maintenir au chaud avec du papier aluminium dans un four chaud porte ouverte. Filtrer le jus de cuisson au chinois au-dessus d'un petite casserole, ajouter la préparation à l'œuf et amener doucement à ébullition en fouettant continuellement pour lier la sauce. Verser sur les moules, parsemer avec le reste de persil ciselé et servir aussitôt.

Boisson :

Un Muscadet servi à 10 °C. (*)

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