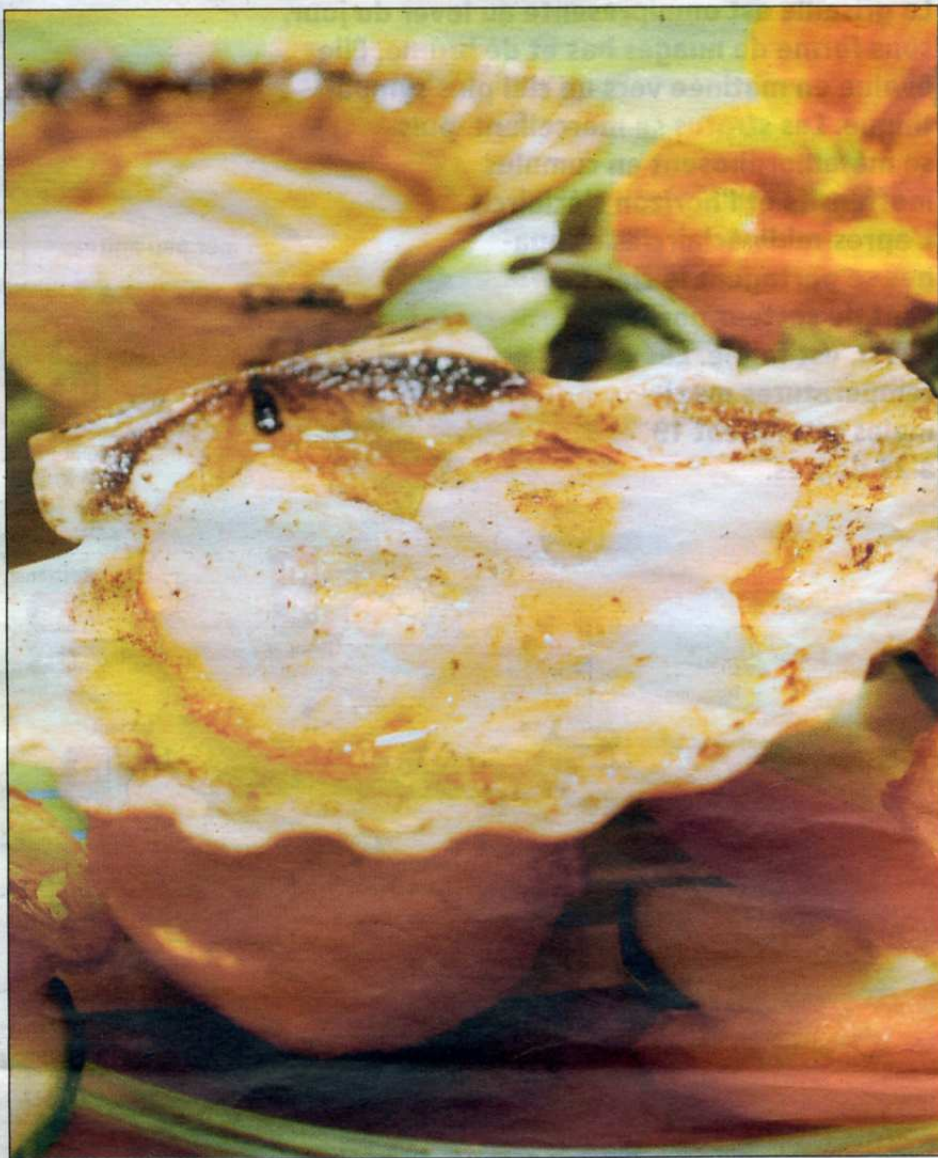


Une soirée entre amis.

Minutes de Saint-Jacques

Le Bistrot Gourmand (*), à Pont-l'Abbé (29), revendique une cuisine de saveurs et terroir. Franck Even, le chef, propose pour les samedis de septembre des plats de saison qui gardent le parfum des vacances. Les minutes de Saint-Jacques, cuites dans leur jus et parfumées à la fève de tonka ouvrent la série. Ensuite vous goûterez au croustillants de langoustines aux petits légumes et jus réduit de carapace; au parmentier de lotte aux tomates confites, lard croustillant et sauce à la sauge; au suprême de pintade au coulant de mozzarella et basilic, jus acidulé au balsamique, pour terminer avec des craquelins et mousseline au carambar. **Bon appétit !**
Reportage photos :
Claude Prigent



Faciles à préparer, ces minutes de Saint-Jacques étonneront vos convives par leur délicatesse. Elles se préparent à l'avance pour être juste passées au grill au moment de les servir.

Pour 4 personnes

Ingrédients

- 12 coquilles Saint-Jacques
- 100 g de beurre demi-sel
- Poivre du moulin
- Fèves de Tonka

Préparation

Décortiquer les 12 coquilles Saint-Jacques.
Nettoyer les noix de Saint-Jacques en enlevant les barbes et la poche

noire.
Laver et essuyer délicatement les noix.
Garder les coquilles du dessous, après les avoir lavées et essuyées.
Couper les noix de Saint-Jacques en fines lamelles.
Sur chaque coquille, déposer les lamelles de trois noix de Saint-Jacques, poivrer au moulin, et ajou-

ter sur le dessus un petit morceau de beurre.
Passer les coquilles au grill, 3 à 4 minutes.
Râper dessus un peu de fève de Tonka et servir aussitôt.

* Le Bistrot Gourmand
Tél. 02.98.87.00.47



Ouvrir les coquilles Saint-Jacques

Ce n'est pas très difficile d'ouvrir une coquille Saint-Jacques car à température ambiante il suffit de quelques minutes pour qu'elle baille, il est alors aisé d'introduire la pointe d'une lame solide dans l'interstice et d'effectuer une petite rotation pour racler le haut du couvercle. La noix sortie de la coquille doit être nettoyée (la poche noire est à jeter, mais les barbes peuvent servir pour faire un fond de sauce), on ne gardera que le corail et la noix que l'on rincera bien pour enlever tout le sable.

Astuce

Avant de passer les coquilles au grill, pour qu'elles tiennent bien sur la plaque du four : couper des tranches de pain, enlever la mie, poser les coquilles sur chaque rondelle de pain, ainsi elles ne se renverseront pas.