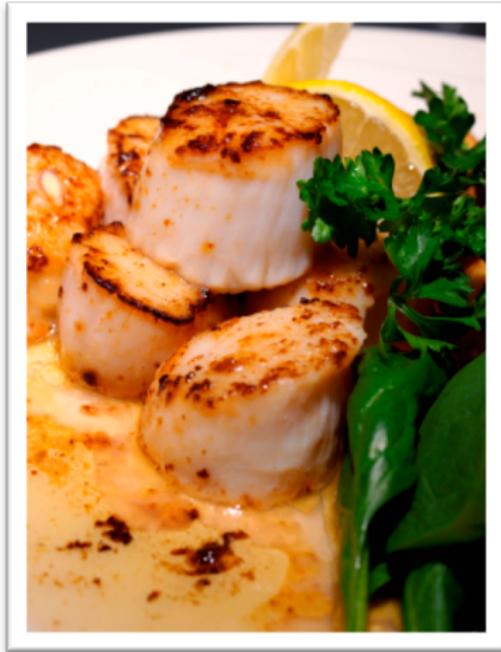


Pétoncles canadiens des Îles-de-la-Madeleine saisis avec sauce au vin



Pour 4 personnes :

4-5 pétoncles par couvert, dégeler 1 lbs. de 10/20
Dégeler au frigo ou dans l'eau froide.

Mettre les pétoncles dans un linge propre sur le comptoir pour quelques heures afin de les tempérer. Les mettre sur un essuie-tout déposé dans une assiette fait aussi très bien l'affaire. **Amener les pétoncles jusqu'à température pièce est de première importance afin d'obtenir une belle cuisson.**

Info : Le pétoncle des îles est de meilleure qualité car il n'y a pas d'eau d'ajouter à l'intérieur et aussi, c'est un pétoncle beaucoup plus sucré. C'est les seul à partir une journée en mer pour la pêche aux pétoncles contrairement aux autres qui partent 10 jours en mer.

Ingrédients :

- Huile d'olive
- 1 c. à table de beurre
- ½ à 1 tasse de vin blanc sec
- ½ à 1 tasse de crème à cuisson 15%
- Une gousse d'ail hachée
- Estragon frais haché au goût
- Sel & Poivre

Préparation :

Les pétoncles doivent être bien dégelé afin qu'elles saisissent bien et qu'elles nous donnent leurs sucres de cuisson. Vérifier les pétoncles pour qu'ils ne soient pas enveloppés de leur jus pour favoriser une belle coloration à la cuisson.

- Dans un poêlon, **mettre** du beurre ainsi que quelques gouttes d'huile afin que le beurre ne brunisse pas. Si votre beurre a noirci, il faut recommencer. **Attendre** que le poêlon soit bien chaud, **faire saisir** les pétoncles d'un côté afin de les caraméliser et d'obtenir les sucres de cuisson.
- **Retirer** immédiatement les pétoncles et **les réserver** dans un bol.
- **Baisser** le feu et **ajouter** le vin blanc, il va déglacer les sucres et constituer la base de votre sauce. **Gratter** avec une cuillère en bois pour bien soulever tous les sucres de cuisson.
- **Ajouter** l'ail, la crème, l'estragon, le sel et le poivre. **Laisser** réduire 5 à 10 minutes à feu doux.
- Quand la sauce est à votre goût, **ajouter** les pétoncles afin de terminer leur cuisson dans la sauce. Il est normale que les pétoncles ont sué dans le bol, l'eau est savoureuse et donne de la saveur supplémentaire à la sauce. **Mettre un couvercle sur le tout et retirer le poêlon du feu.**
- **Laisser** reposer 1 minutes dans la sauce. La sauce va finaliser la cuisson tranquillement. Les pétoncles ne seront pas trop cuits. Accompagner d'un bon riz avec des légumes.



Suggestion supplémentaire : Personnellement, j'aime faire beaucoup de sauce pour en conserver dans le frigo. J'en ajoute par la suite sur mes poissons, leur donnant ainsi un bon goût de fruits de mer.