

Recette – catégorie Familiale

Pétoncles gratinés à la cajun

Par Luc J. Doucet de Dieppe, Nouveau-Brunswick



Ingrédients

500 g. de pétoncles frais
3 c. à soupe de beurre
2 gousses d'ail, dégermées et hachées finement
1 c. à soupe de persil frais haché
1 c. à thé d'épices cajuns
175 ml de crème 35 %
1 tasse de fromage cheddar fort râpé
Vin blanc

Préparation

Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).

Faire fondre le beurre et dans un poêlon et y ajouter l'ail et le persil.

Faire revenir les pétoncles pendant 1 minute de chaque côté à feu moyen dans le beurre à l'ail ainsi préparé.

Disposer les pétoncles dans des plats à escargots.

Déglacer le poêlon au vin blanc et ajouter la crème, le cheddar râpé et les épices cajuns.

Mijoter à feu doux sans cesser de remuer jusqu'à obtention d'une sauce lisse et épaisse.

Napper la sauce sur les pétoncles.

Parsemer légèrement de cheddar râpé.

Saupoudrer légèrement d'épices cajuns.

Mettre au four à 350 °F (180 °C) pour 10 minutes.