

Huîtres aux deux sarrasins et sauce verte

8 novembre 2014, sderoire dans Recettes de Saison • 1 Commentaire



Par Olivier Roellinger de la table « Le Coquillage » à Cancale

Préparation : 60mn

Pour 4 personnes

Ingédients :

- 4 huîtres Tsarskaya n°2 ou 12 huîtres Tsarskaya n°3
- 1 tasse à café de sarrasin + ½ tasse (mondé et décortiqué épicerie bio)
- ½ tasse à café d'huile de pépin de raisin
- 20g de beurre

Pour la sauce verte :

- 1 gros oignon
- 1 c. à café de graines de cumin
- 100g de jeunes pousses d'épinard
- 12,5 cl d'eau
- 40g de beurre
- sel fin

- Réunissez dans une casserole la tasse de sarrasin avec 2 tasses d'eau non salée.
- Couvrez et faites cuire très doucement, jusqu'à l'absorption de toute l'eau.
- Rincez les grains cuits à grande eau dans une passoire jusqu'à ce que l'eau qui s'écoule ne contienne plus de fines particules.
- Laissez s'égoutter au moins 15 minutes.
- Faites frire la demi-tasse de sarrasin dans l'huile de pépin de raisin jusqu'à ce qu'il blondisse. Égouttez.
- Faites revenir les 2 sarrasins avec 20g de beurre.

Préparez la sauce :

- Ebouillantez 1 minute les pousses d'épinard dans un grand volume d'eau salée. Déposez-les aussitôt dans de l'eau fraîche pour fixer la couleur.

Mettez de côté.

- Taillez l'oignon en petits dés. Faites les revenir doucement dans 40g de beurre environ 10 minutes puis ajoutez le cumin et l'eau. Faites bouillir et cuire doucement 3 minutes.

Mettez de côté.

- Mixez fortement les pousses d'épinard égouttées et l'oignon.

- Ouvrez les huîtres, jetez la première eau. Décollez les huîtres de la coquille, déposez-les dans une casserole (avec l'eau qu'elles reforment).

- Faites tiédir la sauce verte dans un bain-marie.

-Tiédisez les huîtres dans un autre bain-marie (elles ne doivent pas trop chauffer, le bon repère étant de toujours pouvoir toucher à main nue le fond de la casserole sans que cela soit blessant)

- Disposez de la sauce verte dans un contenant et l'huître dessus (préalablement égouttée sur du papier absorbant) et disposez les 2 sarrasins dans l'assiette.



Crédits : Cuisine Corsaire – Cancale.

[Apprenez-en davantage sur ce produit en lisant notre article consacré à l'Huître !](#) 