



Les plats principaux

Purée aux pois-menthe avec coquilles Saint-Jacques

Pour 4 personnes.

Ingrédients

300 grammes de pommes de terre (farineuses, épluchées, en dés)
600 grammes petits pois (surgelés)
1 échalote (ciselée)
12 coquilles
poignée feuilles de menthe (hachées fin)
poignée estragon
2 bouillon de légumes (cubes)
100 millilitres de crème
huile de tournesol
beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Portez 1 l d'eau à ébullition. Mettez-y les petits pois, les dés de pomme de terre et l'échalote ciselée. Émiettez les cubes de bouillon dedans et laissez cuire couvert 15 minutes à feu doux. Mettez les feuilles d'estragon dans un mixeur, versez dessus un généreux filet d'huile de tournesol et salez et poivrez. Mixez bien lisse puis filtrez avec une passoire.

Égouttez les pois et les pommes de terre, conservez une poignée de pois et écrasez le reste en purée. Ajoutez la crème et la menthe puis salez et poivrez. Mélangez bien.

Salez et poivrez les coquilles et cuisez-les bien dorées 3 minutes de chaque côté dans du beurre chaud. Mettez une belle touffe de purée sur chaque assiette puis 3 coquilles sur chacune. Aspergez avec l'huile d'estragon et décorez avec le reste des pois et un peu de menthe supplémentaire.

Ustensiles de cuisine

Mélangeur
Passoire

