

Noix de Saint-Jacques et légumes au beurre d'orange

POUR 4 PERSONNES-PREPARATION: 45 MIN-CUISSON: 15 MIN

16 noix de Saint-Jacques
5 grosses poignées de jeunes pousses d'épinard
3 oranges
10 cl de crème liquide
125 g de beurre
4 carottes
4 courgettes
1 tranche de jambon Fumé
Huile d'olive
Cannelle en poudre
Aneth sel poivre.



■ Pressez les oranges. Faites réduire le jus à feu doux. Incorporez 100 g de beurre coupé en dés et la crème liquide. Remuez jusqu'à l'obtention d'une crème onctueuse, sans porter le mélange à ébullition. Salez, poivrez. Réservez

■ Lavez les courgettes. Rincez et épluchez les carottes. Émincez les légumes en tagliatelles à l'aide d'une mandoline. Plongez-les 1 min dans l'eau bouillante. Rafraîchissez-les aussitôt à l'eau froide.» Dans une poêle, faites fondre une noix de beurre. Attendez qu'il soit doré avant d'y saisir les épinards. Salez, poivrez et saupoudrez de cannelle selon voire goût.

. ■ Versez 2 c. à soupe d'huile dans une casserole, déposez le jambon afin d'obtenir des sucs, ajoutez du beurre et faites revenir courgettes et carottes.

■ Saisissez les noix de Saint-Jacques 2 min de chaque côté dans de l'huile d'olive. Disposez dans un cercle des feuilles d'épinard, quatre noix de Saint-Jacques puis des tagliatelles et un morceau de jambon. Retirez le cercle, décorez d'un trait de beurre d'orange et d'un brin d'aneth.

Son conseil: ce plat sera tout aussi délicieux si vous remplacez les oranges par des mandarines.

C'est un plat pour 4 personnes que l'on a fait pour deux gourmands

