

Longe de morue et pétoncles sauce aux baies d'argousier

Portions: 4

Ingédients

4 x 4 onces (115 g) de longes de morue
16 pétoncles calibre 10/20
Huile d'olive
Sel et poivre

Sauce

2 tasses de baie d'argousier
1 tasse d'eau
2 c. à soupe de fécule de pommes de terre ou maïs
1 c. à soupe de beurre salé
2 c. à soupe de miel

Salsa

3/4 de tasse de fraises en petits dés
1/4 de tasse de baies d'argousier
1 petite échalote française ciselée finement
2 c. à soupe de sauce d'argousier



CRÉDIT PHOTO : MAXIME RIOUX

Étapes de préparation

Préchauffer le four à 350°F (180°C)

Sauce

Dans un mélangeur électrique, ajouter les baies d'argousier, l'eau et réduire en purée.
Passer la purée au tamis fin dans une casserole. Réduire de moitié à feu moyen environ 5

minutes. Lier avec la fécule pour obtenir une sauce lisse puis ajouter le beurre et réserver au chaud.

Salsa

Dans un bol, mettre les fraises, les baies d'argousier et l'échalote française. Lier avec la 2 c. à soupe (30 ml) de sauce d'argousier. Chauffer l'huile d'olive dans un poêlon et faire dorer la morue de chaque côté. Saler et poivrer. Enfourner et cuire environ 5 minutes. Retirer le muscle des pétoncles et éponger. Faire chauffer une poêle à feu vif, ajouter un peu d'huile d'olive. Déposer les pétoncles et les faire dorer 2 minutes selon la grosseur, les retourner, saler et retirer du feu car la cuisson se terminera.

Sur une assiette de service, mettre la salsa et déposer dessus la longe de morue. Napper de sauce d'argousier et déposer 3 pétoncles avec 3 baies d'argousier sur le dessus. Accompagner d'un riz et d'asperges.

Chef Christian Croze