

COQUILLES ST JACQUES.

Par Ghislain Bonneau a gbphotodidactical.ca

Dernière Révision 2012-02-09

Temps de Préparation; 1 heure

Temps de cuisson; 20 à 30 minutes.

Cette recette vas produire 17 coquilles St. Jacques ou 17 Moules profonds à Tartelettes en aluminium de 5 pouces de large par 1 3/8 pouce de profondeur.

Pour une plus petite recette utiliser .454 g de crevettes au lieux de .908 g et 3 Tasse de lait au lieux de 4 et laisser tout le reste tel quel. Pour une plus petite recette vous allez remplir environ 12 Coquilles au lieux de 17

PRÉPARATION DES CREVETTE ET FAUX CRABE

.908 g ou .454 pour une plus petite recette. Crevettes moyennes précuites et coupées en petits morceaux.

.454 g Faux Crabe en petit morceaux, ou (4 queue de Homard - précuites).

Préalablement couper les crevettes (enlever le queues) et le faux crabe ou les queues de homard en petit morceaux et les placer au frigidaire dans de l'eau froide. Elles seront ajouté à la sauce une fois la sauce complété.

PREPARATION DES FROMAGES.

.3 Kg de Fromage Mozzarella Râpé

.2 kg de Fromage cheddar finement Râpé. Utiliser un mélange d'environ 70% mozzarella et 30% Cheddar

4 C.A. Soupe de Parmesan râpé.

Pré couper et râper tout les fromages et bien mélanger ensemble, replacer au frigidaire pour l'instant.

AGENT EPAISSISSEUR:

½ Tasse de Farine blanche toute usage.

1 Tasse d'eau froide.

Préalablement mélanger l'eau et la farine ci haut et mettre de cote pour l'instant. Ceci servira à épaissir la sauce plus tard. Mélanger à nouveaux avant de verser dans la Sauce.

PREPARATION DE LA SAUCE BLANCHE.

5 C.A. Soupe de Beurre ou (de Margarine)

1 Oignon Jaune (moyen) coupé en petits morceaux.

2 Branches de céleri coupé en petit morceaux.

1 C.A. Soupe de Farine blanche tout usage.

Faire revenir le beurre les oignons et les céleri à feu maximum et cuire assez longtemps pour enlever le maximum d'eau et lorsque les oignons et les céleris sont assez ramollis et brunis baisser le feu à moyen et y ajouter une C.A. Soupe de farine tout usage tout en brassant toujours sans arrêt jusqu'à épaississement. Lorsque le tout commence à coller au fond du pot, aller à la prochaine étape.

ASSAISONNEMENTS DE LA SAUCE.

- 4 Tasse de lait, ou 3 Tasses pour une plus petite recette.
- 1 C.A. Soupe de Farine de Mais jaune
- ¼ C.A. Thé de poivre noir moulu.
- 1 Pincé de Sauge moulue.
- 1 Pince de Sarriette moulue.
- ½ C.A. Thé de Poudre d'ail (pas du sel d'ail)
- ½ C.A. Thé de Sel.
- ½ C.A. Thé de base de poulet en poudre.



Lorsque le mélange devient assez épais et commence à coller au fond, ajoutez 2 tasse de lait et bien mélanger. Pendant que le liquide revient à ébullition, ajouter dans le mélange tout les autres assaisonnements ci haut et continuez toujours de brasser vivement puis ajouter le reste du lait. Brassez vivement et **ramener a ébullition** et **vider très lentement le mélange Farine Eau** que vous avez préparé d'avance ci haut tout en brassant vivement pour épaissir la sauce.

Lorsque la sauce est assez épaisse et a atteint sa consistance finale, sortir les crevettes et le faux crabe du frigidaire et bien égoutter toute l'eau puis ajoutez tout les fruits de mer à la sauce. Baisser le feu a doux et brassez bien le tout pendant 10 minutes puis **fermer la chaleur du feu** et versez dans les coquilles St Jaques. Brassez bien la sauce à chaque fois que vous transvider dans les coquilles. **ATTENTION** ne pas trop remplir les coquilles car vous devez laisser de la place pour le fromage et le fromage ne doit pas déborder non plus. Remplissez la sauce en laissant ½ pouces de libre du bord des coquilles et lorsque vous mettez le fromage laisser ¼ de pouce de libre sur les bords des coquilles.

Couvrir maintenant toutes les coquilles avec votre mélange de fromage puis saupoudrez légèrement le dessus des coquilles d'un tout petit peut de persil. Pas trop, car ceci est plus pour l'apparence que pour le goût et trop de persil vas donner un goût amer au fromage.

Placer du papier de plomb sur la grille pour ne pas que les coquilles ne salisse la grille si les coquilles débordent et laisser des espace libre autour de la grille pour que la chaleur se propage bien dans le four. **Préchauffer le four a 300 degrés F.** et faire cuire les coquilles au four pendant **20 minutes à 30 minutes** ou lorsque le fromage commence à doré. Attention le fromage à tendance à commencer à brûlé très rapidement.

Quand les Coquilles sont prêtes retirer du four et servir immédiatement. Pour la congélation laisser refroidir et couvrir les coquilles de papier de cellophane pour les congeler.

Les coquilles St. Jacques font sont un très bon Amuse-gueule servis avec un repas de fruits de mer.

BON APPÉTIT.