



Coquilles Saint-Jacques

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

30 minutes

TEMPS DE CUISSON

28 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 534; protéines 29 g; M.G. 30 g; glucides 36 g; fibres 3 g; fer 2 mg; calcium 377 mg; sodium 817 mg



Saviez-vous qu'en France, le terme coquille Saint-Jacques désigne le mollusque que l'on appelle ici [pétoncle](#)? Au Québec, c'est plutôt le nom d'une recette classique de [gratin](#) de fruits de mer et de pommes de terre que l'on sert traditionnellement dans des assiettes en forme de coquillage. Voici notre version aux pétoncles, crevettes et homard.

Ingrédients

- 4 pommes de terre pelées et coupées en cubes
- 160 ml (2/3 de tasse) de lait 2%
- 80 ml (1/3 de tasse) de beurre
- Sel et poivre au goût
- 1 oignon haché
- 1/2 contenant de champignons de 227 g, tranchés
- 80 ml (1/3 de tasse) de vin blanc
- 30 ml (2 c. à soupe) de farine
- 160 ml (2/3 de tasse) de crème à cuisson 15%
- 150 g (1/3 de lb) de petits pétoncles (calibre 105)
- 150 g (250 ml) de crevettes nordiques
- 150 g (1/3 de lb) de chair de crabe ou de homard
- 160 ml (2/3 de tasse) de gruyère râpé
- 1,25 ml (1/4 de c. à thé) de paprika

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

Étapes

- 1 Préchauffer le four à 205 °C (400 °F).
- 2 Dans une casserole, déposer les pommes de terre. Couvrir d'eau froide et saler. Porter à ébullition, puis couvrir et cuire de 15 à 18 minutes à feu doux, jusqu'à tendreté. Égoutter.
- 3 Réduire les pommes de terre en purée avec 60 ml (1/4 de tasse) de lait et 30 ml (2 c. à soupe) de beurre. Saler et poivrer.
- 4 Dans une autre casserole, faire fondre le reste du beurre à feu moyen. Cuire l'oignon et les champignons de 4 à 5 minutes.
- 5 Ajouter le vin et laisser mijoter jusqu'à ce que le liquide ait réduit de moitié.
- 6 Saupoudrer de farine et cuire 1 minute en remuant.

- Saupoudrer de farine et cuire 1 minute en remuant.
- 7 Incorporer graduellement le reste du lait et la crème. Porter à ébullition en remuant.
- 8 Ajouter les fruits de mer. Saler, poivrer et remuer.
- 9 Remplir une poche à pâtisserie munie d'une douille cannelée de purée de pommes de terre. Former des rosaces de purée de pommes de terre sur le pourtour des assiettes à coquilles Saint-Jacques.
- 10 Répartir la préparation aux fruits de mer au centre des assiettes à coquilles Saint-Jacques. Garnir de fromage. Saupoudrer de paprika. Cuire au four de 8 à 10 minutes.