

COUTEAUX DE MER, CONCOMBRE, POMME, OXALIS, MOURON DES OISEAUX ET ALLIAIRE

CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 8 personnes

Ingrédient	Quantité
Couteaux de mer	16
concombre	3 cm
pomme verte	1/4
Ciboulette	qs
Jus de citron	1 càc
Huile d'olive	
Fleur de sel	
Poivre au moulin	
Mouron des oiseaux	(feuilles et fleurs)
Alliaire	(fleurs)
Oxalis	(feuilles et fleurs)

Préparation

1. Mettre les couteaux dans un grand saladier, recouvrir d'eau froide et d'une poignée de gros sel, laisser dégorger au frigo pendant 4 heures, changer l'eau deux fois (c'est pour les débarrasser du sable), puis les égoutter. Laver le saladier et le garder à disposition.
2. Faire chauffer une grande poêle avec un petit filet d'huile d'olive et déposer les couteaux trois minutes, juste le temps qu'ils s'ouvrent, reverser tout dans le saladier pour stopper la cuisson. Laisser légèrement tiédir puis décoquiller les couteaux, retirer délicatement le boyau et couper en petits morceaux. Garder les coquilles pour la présentation et filtrer le jus pour une autre préparation (c'est un fond fantastique, très iodé, pour un risotto).

la ciboulette, un peu d'huile d'olive, une pincée de fleur de sel et poivrer très légèrement. Gouter, rectifier l'assaisonnement au besoin. Répartir la préparation dans les coquilles et déposer délicatement les fleurs d'alliaire et d'oxalis, et les feuilles de mouron des oiseaux et d'oxalis. Servir directement.
