

FRICASSÉE D'ENCORNETS AU PESTO D'AIL DES OURS



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
encornets	4 beaux (entiers, chez le poissonnier)
poivron jaune	1
poivron rouge	1
d'huile d'olive	100 ml (extra vierge pour le pesto)
de feuilles d'ail des ours	1 grosse poignée (lavées à l'eau claire)
d'huile d'olive	1 filet (pour la cuisson)
fleurs et feuilles d'ail des ours	Quelques (pour la décoration)
sel et poivre	(pour l'assaisonnement)
de pâtes linguine	500 gr (ou tagliatelles)

Préparation

1. Pour le pesto d'ail des ours: Mixer ensemble les 100ml d'huile d'olive avec une poignée de feuilles d'ail des ours, jusqu'à l'obtention d'une belle consistance pâteuse. Assaisonner d'un peu de sel et réserver. Pour les encornets: Nettoyer les encornets suivant méthode habituelle et bien les laver. On peut conserver l'encre pour une autre recette. Les "quadriller" ensuite avec la pointe du couteau puis les couper en larges rouelles de 2 à 3 cm d'épaisseur et réserver. Pour les poivrons: Laver et ouvrir en quatre les poivrons, retirer les graines. Détailler en fines lamelles sur la longueur et mettre de côté. Cuisson: Faire cuire les pâtes "al dente" suivant méthode habituelle. Faire chauffer une poêle antiadhésive avec un filet d'huile d'olive et y faire sauter les encornets à feu vif environ 6 à 8 minutes, saler raisonnablement, puis les mettre de côté. Rajouter un filet d'huile et faire sauter les lamelles de poivrons environ 10 minutes. Ajouter du pesto de manière à bien entourer les poivrons de la préparation puis remettre les encornets dans la poêle. Bien mélanger le tout, faire chauffer encore 3 à 4 minutes, rectifier l'assaisonnement et ajouter un tour de moulin à poivre. Pour le dressage: Sur assiettes bien chaudes, déposer un peu de pâtes enroulées et disposer la préparation de calamars et poivrons par dessus en répartissant au mieux les couleurs. Garnir avec quelques feuilles et fleurs d'ail des ours.

2. On peut tout aussi bien rajouter les nageoires des encornets dans cette préparation!...

