



## NOIX DE SAINT-JACQUES AU CHOU ROUGE



2 pers.



4 pers.

### Ingrédients

Dans votre box :

Noix de Saint-Jacques sans corail	8 pièces	16 pièces
Chou rouge	¼ pièce	½ pièce
Miel	15 g	30 g
Oignon(s)	1 pièce	2 pièces
Pomme(s) Granny Smith	1 pièce	2 pièces
Vinaigre de Xérès	3 cl	5 cl

Dans votre placard :

Beurre	20 g	40 g
Huile d'olive	3 cl	5 cl
Sel fin		
Poivre du moulin		



## Réalisation de la recette

Préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn

### 1. Les légumes

- Epluchez le ou les oignon(s) et le couper en fines lamelles. Epluchez la ou les pomme(s) et coupez en dés réguliers de 2 cm. Effeuillez le chou rouge puis retirez les grosses côtes blanches et lavez les feuilles. Emincez en très fines lamelles.
- Dans une casserole, avec le beurre, faire suer les oignons à feu moyen pendant 5 minutes avec une pincée de sel. Ajoutez le miel, le vinaigre et les ¾ des pommes. Faire cuire pendant 5 minutes, puis ajoutez le chou rouge et cuire à couvert pendant 20 minutes, afin d'obtenir une « tombée de chou ».

### 2. Les Saint-Jacques

- Bien éponger les noix de Saint-Jacques sur un papier absorbant afin de bien les sécher. Les assaisonner de sel et de poivre. Dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive, faire cuire les noix de Saint-Jacques 90 secondes de chaque côté.

### 3. Le dressage

- Dressez un lit de chou rouge au centre des assiettes, puis déposez dessus les noix de Saint-Jacques et parsemez avec le reste des dés de pomme.

### 4. Le + du Chef

- Pour tailler finement le chou rouge rapidement, il est conseillé de rouler les feuilles comme un cigare puis de les émincer en fines lamelles avec un grand couteau « un éminceur ».

Lien : <https://www.youtube.com/watch?v=CTNLBxYOvWU>

### 5. Les noix de Saint-Jacques

- On se pose souvent la question de savoir s'il vaut mieux acheter les noix de Saint-Jacques avec ou sans corail. En terme de goût, le corail a peu d'intérêt par rapport à la noix, mais ce qu'il faut savoir c'est quand fonction de l'origine de la noix (Bretagne, Normandie, Ecosse, Norvège...), le corail est plus ou moins développé.

