

Atelier cuisine du 5 mai 2018

Recettes de moules

Ingrédients pour les 3 recettes (à adapter à chacune)

- moules (quantité à adapter au nombre de convives)
- cidre brut, vin blanc
- pommes granny
- carottes, oignons, échalotes, céleri branche, poireaux
- poivrons
- chorizo doux
- andouille
- beurre
- crème entière liquide
- sel, poivre, curry
- Persil frisé
- Maïzena

Moules au cidre, pommes et andouille

Préparer les légumes et les pommes

Détailler les carottes, les oignons et le céleri en mini dés ainsi que les pommes. Emietter l'andouille.

Dans une marmite, faire suer les légumes avec un morceau de beurre, ajouter un peu de dés de pommes et de miettes d'andouille. Verser ensuite le cidre (un peu moins d'une ½ bouteille pour 1kg500 de moules environ)

Ajouter ensuite les moules, bien mélanger le tout et recouvrir. Les moules sont cuites dès qu'elles s'ouvrent.

Retirer les moules et les réserver au chaud dans un autre récipient. Conserver le jus de cuisson qui servira de base à la sauce.

Dans une autre casserole, faire suer les dés de pommes et les caraméliser légèrement. Ajouter un peu d'oignons et les miettes d'andouille. Déglacer avec un peu de jus de cuisson des moules, puis verser le tout dans la marmite contenant le jus de cuisson. Ajouter la crème entière liquide (environ 30cl pour 1kg500 de moules). Délayer de la maïzena avec un peu d'eau et verser dans la sauce jusqu'à obtenir la consistance voulue. Ajouter persil haché juste à la fin. Assaisonnement sel, poivre selon les goûts

Verser cette sauce sur les moules réservées au chaud et servir.

Moules gratinées

Cuire les moules à la marinière : faire suer les légumes (carottes, oignons et/ou échalotes, céleri branche détaillés en mini dés), puis ajouter le vin blanc et les moules. Bien mélanger et recouvrir. Cuire jusqu'à ce que les moules s'ouvrent. Retirer les moules et garder la ½ coquille contenant la moule.

Les farcir avec un beurre d'escargot (ail, persil haché, beurre, assaisonnement sel, poivre) auquel on a ajouté un peu de jus de citron et très peu de jus de cuisson des moules.

Mettre un peu de chapelure par-dessus : celle-ci absorbe le beurre fondu. Passer au four chaud, gril 10mn environ.

Moules aux légumes

Cuire les moules à la marinière (voir recette ci-dessus)

Détailler les poireaux en très petits morceaux et les cuire à l'étuvée (eau+ beurre). Ajouter mini dés de céleri, carottes râpées et déglacer avec le jus de cuisson des moules puis lier avec la crème et la maïzena comme précédemment

Rectifier l'assaisonnement et ajouter le persil haché en dernier puis verser sur les moules réservées au chaud.

Moules au curry, poivrons et chorizo

Emietter le chorizo doux et faire suer sans matière grasse. Ajouter les mini dés de poivrons, oignon et ail puis ajouter le jus de cuisson des moules cuites à la marinière comme dans la recette ci-dessus. Faire réduire puis ajouter le curry avant de terminer la cuisson. Lier à la crème et à la maïzena et rectifier l'assaisonnement et ajouter le persil haché puis verser sur les moules chaudes.

→Autre suggestion : moules à la provençale et au jambon de pays

Faire une ratatouille classique et ajouter du jambon de pays puis verser sur les moules chaudes. Le jus de tomate remplace la crème

Bonne dégustation et un grand merci à Vincent

□ Prochain cours : Paella suivie d'un repas en commun avec inscription avant le cours