Clafoutis de noix de st jacques (l’union ardennais 24/11/2014)

* 20 noix de noix de saint jacques fraîches ou décongelées
* 1 cuillerée à soupe de Fumet de Poisson MAGGI
* 2 carottes fraîches
* 200 ml de crème fraîche liquide allégée
* 1 poireau
* 2 œufs
* 2 échalotes
* 50 ml de vin blanc
* 1 cuillerée à soupe d' huile



Etapes

1. Préchauffez votre four Th.7/8 (220°C).
2. Pelez et hachez les échalotes. Lavez les légumes : pelez et râpez les carottes. Lavez le poireau et émincez-le finement.
3. Dans une poêle, faites revenir les échalotes avec l'huile environ 2 minutes. Ajoutez ensuite les légumes et faites cuire à nouveau 3 minutes à feu moyen. Ajoutez les noix de Saint Jacques, le vin blanc et faites-les cuire 2 minutes de chaque côté. Salez et poivrez.
4. Répartissez les noix de Saint Jacques et les légumes dans des ramequins. Mélangez les œufs, la crème et le Fumet de Poisson et versez la préparation sur les ramequins.
5. Faites cuire dans votre four environ 15 minutes. Servez tiède.