

Calamars à la sétoise

Ingrédients pour 4 personnes :

1 kilo de calamars coupés en lanières
1 blanc de poireau
2 petites carottes
2 petits oignons
20 cl de vin blanc
60 cl d'eau
3 cuillères à soupe de concentré de tomates
1 cuillère à café de thym, 1 feuille de laurier,
Sel, poivre
1 pincée de piment de Cayenne

1 jaune d'oeuf
1 gousse d'ail
QS d'huile

Préparation :

Faire revenir les calamars à feu vif dans une cuillère à soupe d'huile d'olive pendant une dizaine de minutes, les égoutter.

Réserver.

Couper les oignons, le blanc de poireau et les carottes en julienne, faire blondir dans de l'huile d'olive 15 minutes, ajouter le concentré de tomates, déglacer avec le vin blanc.

Ajouter le thym, la feuille de laurier, le sel, le poivre,

le piment de Cayenne et l'eau.

Laisser cuire 20 minutes.

Ôter la feuille de laurier.

Passer la sauce au mixer plongeant, ajouter les lamelles de calamar.

Laisser mijoter 45 minutes.

Vérifier la cuisson des calamars qui doivent être tendres.

Rectifier l'assaisonnement.

Peler la gousse d'ail, l'écraser.

Ajouter un jaune d'oeuf et monter une mayonnaise.

Au moment de servir ajouter, délicatement, cette mayonnaise à la sauce.

Servir avec du riz.