

Bouchées aux crevettes et cigales de mer

Ingrédients pour une vingtaine de bouchées :

100 g de crevettes roses décortiquées
100 g de cigale de mer
2 échalotes
120 g de crème épaisse
1 gousse d'ail
2 oeufs
Sel, poivre
1 cuillère à soupe d'huile
1 bouquet garni

Préparation :

Décortiquer les cigales, réserver les carapaces.
Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, y faire sauter les cigales.
Puis les réserver.
Faire fondre les échalotes dans la sauteuse une dizaine de minutes.
Réserver.
Mettre les carapaces à rôtir dans la sauteuse, ajouter de l'eau à hauteur, une gousse d'ail écrasée, du sel, un bouquet garni. Faire réduire ce fumet une dizaine de minutes, il doit rester 2 cuillères à soupe de liquide.
Dans le robot mixer les crevettes avec les cigales, les échalotes, le fumet, la crème et les oeufs.
Rectifier l'assaisonnement.
Verser dans les empreintes en silicone.
Poser dans un plat creux, verser de l'eau dans le fond du plat.
Mettre dans le four préchauffé à 180° pendant 40 minutes.

<http://deliceyes.over-blog.org/>