

**NOIX DE SAINT-JACQUES SUR LIT DE POIREAUX**5 minutes  
35 minutes  
4 portions**INGRÉDIENTS**

- 300 grammes de poireau, cru, coupé en tronçons
- 3 unités petites d'échalote, crue [36 g]
- 1 cuillère à soupe de beurre à 82% MG, doux [18 g]
- 300 grammes de vin blanc demi-sec
- 20 grammes d'eau
- 12 noix de Saint-Jacques
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche 15% MG
- 20 grammes d'amidon de maïs ou féculé de maïs

**MODE DE PRÉPARATION**

- 1° Mettre les blancs de poireau dans le bol et mixer 10 sec/vitesse 4. Transvaser dans le Varoma et réserver.
- 2° Mettre les échalotes dans le bol et hacher 7 sec/vitesse 5. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- 3° Ajouter le beurre et rissoler 2 min/120°C/vitesse 1, sans le gobelet doseur.
- 4° Ajouter le vin blanc, l'eau, le sel et le poivre. Mettre le Varoma en place et cuire à la vapeur 12 min/Varoma/vitesse 1. Pendant ce temps, poser les noix de saint-jacques sur le plateau vapeur. A mi-cuisson, mélanger le contenu du Varoma à l'aide de la spatule pour une cuisson homogène.
- 5° Insérer le plateau vapeur et cuire à la vapeur 4 min/Varoma/vitesse 1.
- 6° Retourner délicatement les noix de saint-jacques et cuire de nouveau 4 min/Varoma/vitesse 1. Transvaser les poireaux sur un plat, garnir de noix de saint-jacques et maintenir au chaud.
- 7° Ajouter la crème fraîche et la féculé de maïs au jus de cuisson contenu dans le bol, chauffer 5 min/90°C/vitesse 3, puis mixer 30 sec/vitesse 5. Servir aussitôt en accompagnement des noix de saint-jacques posées sur un lit de poireau.
- 8° Conseil : La recette est conçue pour de grosses noix de saint-jacques. Si vous en choisissez de petites, réduisez le temps de cuisson pour éviter une texture ferme et fibreuse. Pour une finition soignée, taillez de fines lamelles de poireau entier, vert compris, dans la longueur, et faites-les à cuire dans le Varoma avec les tronçons de blancs de poireau.
- 9° © Thermomix® Ma cuisine au quotidien - 200 recettes indispensables

**INFORMATION NUTRITIONNELLE**

	PAR 100 g	PAR PORTION (257 g)	% AR
ÉNERGIE	91 kcal	233 kcal	12 %
PROTÉINES	5 g	14 g	27 %
GLUCIDES	4 g	11 g	4 %
SUCRES	1 g	3 g	4 %
LIPIDES	3 g	8 g	11 %
ACIDES GRAS SATURÉS	2 g	5 g	24 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	3 g	10 %
SODIUM	43 mg	110 mg	5 %