

Bouillon, crustacés, saint-jacques et légumes au wok



Ingrédients pour 4 personnes : 1,5 l d'eau, 750 g de têtes de crustacés : crevettes, (pas de langoustine et homards pour moi) , 2 c à soupe de vinaigre de pomme, 1 bâton de citronnelle, 1 feuille de citronnier, 8 noix de Saint-Jacques, 100 g de champignons de Paris, 4 pleurotes, 2 feuilles de chou vert, 2 feuilles de chou rouge, 2 navets, basilic thaï, coriandre, huile d'olive, citron vert (ou bergamote)

Placer les têtes de crustacés dans une grande marmite et les faire revenir à feu doux pendant 10 mn sans coloration. Verser l'eau par dessus et porter à ébullition. Baisser le feu, écumer pour retirer les impuretés et laisser cuire à petits frémissements sans couvercle tout en continuant d'écumer. Passer le bouillon au chinois. Laisser reposer afin que les dernières impuretés se décantent au fond. Réserver au frais.

Blanchir les feuilles de chou vert et rouge dans de l'eau bouillante salée. Refroidir dans de l'eau glacée et réserver.

Tailler les champignons en lamelles. Couper les navets en lamelles à la mandoline et les recouper en bâtonnets.

Porter à ébullition le bouillon. Laisser infuser hors du feu le bâton de citronnelle, la feuille de citronnier, ajouter le vinaigre de pomme.

Dans une poêle bien chaude, griller rapidement les noix sans matière grasse.

Dans un wok, faire sauter tous les légumes dans une cuiller d'huile d'olive.

Servir la garniture dans un bol bien chaud en répartissant saint-jacques et légumes. Ajouter les herbes. Verser le bouillon. Râper un zeste de citron vert.