



Blanquette aux calamars



L'association de la sauce blanquette et du calamar était risquée mais le résultat en valait la peine ! Une blanquette, cela peut paraître compliqué, mais cette recette demande peu de préparation, c'est surtout la cuisson qui prend le plus de temps.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 800 g de calamars entiers, surgelés
- 2 blanc de poireau
- 2 carottes
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 10 cl de vin blanc sec
- 25 cl de crème fraîche (j'ai utilisé moitié crème de soja et moitié lait de coco)
- 1 cuil à soupe de fécule de maïs (maïzena)
- sel poivre

Préparation :

Nettoyer les légumes, peler les carottes et l'oignon. Tailler les légumes en julienne (en très fins bâtonnets) : je passe tout à la râpe du robot pour faire rapide.

Faire revenir les légumes avec les gousses d'ail dans une cocotte ou un faitout avec un fond d'eau.

Ajouter les calamars, le vin blanc, saler et poivrer.
Couvrir et cuire à feu doux 30 minutes.

Ajouter les 3/4 de la crème et prolonger la cuisson d'environ 10 minutes. Délayer le reste de la crème avec la fécule de maïs. Ajouter en fin de cuisson à la blanquette et laisser à petit ébullition 2-3 min supplémentaires : cela permet d'épaissir la sauce.

On peut servir ce plat seul ou accompagné de riz.

Le 13 Mars 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/03/13/index.html>