

Visuel d’illustration créé par IA, non contractuel

FICHE RECETTE

Choucroute de la mer

Saint-Jacques dorées, trois poissons et beurre blanc citronné

Choucroute fondante au vin blanc, poissons moelleux et Saint-Jacques juste saisies, crevettes grises et beurre blanc citronné.

Ingrédients | 4 pers.

POUR LA CHOUCROUTE

- 800 g de choucroute crue, égouttée
- 1 oignon jaune (env. 120 g)
- 20 g de beurre
- 20 cl de vin blanc sec
- 15 cl de fumet de poisson peu salé
- 5 baies de genièvre
- 2 feuilles de laurier
- 1 branche de thym
- Poivre noir du moulin

POISSONS & FRUITS DE MER

- 400 g de dos de cabillaud
- 300 g de filet de saumon
- 250 g de filet d’églefin fumé
- 8 noix de Saint-Jacques
- 120 g de crevettes grises décortiquées
- 1 citron jaune non traité
- 1 c. à soupe d’huile de colza
- Poivre blanc

POMMES DE TERRE

- 600 g de pommes de terre à chair ferme
- Sel

BEURRE BLANC & FINITION

- 1 échalote (env. 35 g)
- 10 cl de vin blanc sec
- 2 cl de vinaigre de vin blanc
- 120 g de beurre doux bien froid
- 1 à 2 c. à soupe de jus de citron
- Poivre blanc
- 10 g de ciboulette fraîche

Informations pratiques

4 personnes	**Sans repos**
Préparation : 40 min	Difficulté : moyenne
Cuisson : 45 min	Coût : assez élevé
Total : 1 h 25	Saison : automne-hiver

Matériel : cocotte, poêle et panier vapeur

Préparation

1. **Préparez le chou.** Rincez la choucroute rapidement si elle est très acide, pressez-la légèrement et émincez l’oignon.
2. **Parfumez la cocotte.** Faites fondre le beurre à feu moyen ; faites suer l’oignon 5 min. Ajoutez le chou, le genièvre, le laurier et le thym.
3. **Laissez mijoter.** Versez 20 cl de vin blanc et le fumet. Poivrez, couvrez et cuisez 25 à 30 min à feu doux, en remuant parfois.
4. **Préparez les pommes de terre.** Épluchez-les, coupez-les si besoin, puis faites-les cuire 20 à 25 min à la vapeur. Maintenez au chaud.
5. **Taillez les poissons.** Répartissez cabillaud, saumon et églefin en 4 portions chacun, sans arêtes. Poivrez et badigeonnez d’un peu d’huile. Séchez les Saint-Jacques.
6. **Cuisez à couvert.** Posez les poissons sur la choucroute et prolongez la cuisson 8 à 12 min à feu très doux : leur chair doit être opaque et se détacher en lamelles.
7. **Montez le beurre blanc.** Réduisez l’échalote, 10 cl de vin et le vinaigre à env. 2 c. à soupe. Hors ébullition, incorporez le beurre froid en fouettant. Citronnez, poivrez et gardez tiède.
8. **Dorez les Saint-Jacques.** Saisissez-les dans le reste d’huile chaude 1 min 30 à 2 min par face, selon leur taille, jusqu’à une surface dorée et un cœur juste ferme.
9. **Dressez sans attendre.** Réchauffez brièvement les crevettes sur le chou. Répartissez chou, poissons, Saint-Jacques et pommes de terre. Nappez légèrement de sauce, ajoutez ciboulette et citron ; servez le reste en saucière.

Province de Hainaut | HAINAUT DÉVELOPPEMENT

Une initiative de la Province de Hainaut
Hainaut Développement

www.hainaut-terredegouts.be

HAINAUT TERRE DE GOÛTS

Conseils & alternatives

Accompagnements & boissons

- **Un plat généreux à lui seul.** Les pommes de terre vapeur suffisent ; une salade de mâche légèrement vinaigrée peut apporter de la fraîcheur.
- **Riesling sec :** sa tension acidulée et ses notes d'agrumes rejoignent la choucroute sans écraser la finesse des poissons.
- **Chardonnay sec du Hainaut :** choisissez-le vif, non boisé ou peu boisé ; sa rondeur mesurée accompagne le saumon et le beurre blanc.
- **Effervescent belge brut :** les bulles rafraîchissent le palais. Sans alcool : jus de pomme et eau pétillante.

Variantes gourmandes

- **Aux coquillages :** ajoutez 500 g de moules ouvertes séparément ; retirez celles qui restent fermées et ajoutez les autres au dressage.
- **Choucroute adoucie :** remplacez 200 g de chou par 200 g de blanc de poireau finement émincé, à faire fondre avec l'oignon.
- **Sauce plus légère :** remplacez le beurre blanc par 150 g de crème à 15 %, 1 c. à café de moutarde douce et 1 c. à soupe de jus de citron. Chauffez sans bouillir.

Astuces & textures

- **Chou :** ne le rincez que s'il est trop acide, pour conserver sa personnalité.
- **Poissons :** choisissez des portions épaisses et évitez toute forte ébullition pour préserver leur moelleux.
- **Saint-Jacques :** épongez-les soigneusement ; une poêle bien chaude permet de dorer leur surface sans les dessécher.
- **Beurre blanc :** le beurre froid et la chaleur très douce sont essentiels à la tenue de l'émulsion.
- **Assaisonnement :** goûtez avant de saler : églefin fumé, fumet et crevettes apportent déjà du sel.

Dressage & service

- **Vaisselle :** privilégiez quatre assiettes creuses blanches, préchauffées.
- **Composition :** façonnez un lit de choucroute ; disposez les trois poissons en portions distinctes, pour que leurs textures restent visibles.
- **Finition :** ajoutez deux Saint-Jacques dorées par assiette, quelques crevettes grises, la ciboulette ciselée et les pommes de terre sur le côté.
- **Service :** nappez modérément de beurre blanc citronné et proposez le restant à part, sans attendre.

Conservation & choix des produits

CONSERVATION

- Refroidissez rapidement les restes, puis conservez chou et produits de la mer dans une boîte fermée au réfrigérateur à 4 °C maximum.
- Consommez-les de préférence dans les 24 heures et réchauffez-les jusqu'à ce qu'ils soient bien chauds à cœur.
- Préparez le beurre blanc au dernier moment : il supporte mal le refroidissement et le réchauffage.

CIRCUITS COURTS & ESPRIT DE LA RECETTE

- Privilégiez pommes de terre, oignons, herbes fraîches et beurre issus de producteurs du Hainaut.
- Pour les poissons, les Saint-Jacques et les crevettes grises, choisissez un poissonnier attentif à la fraîcheur et à la traçabilité.
- Cette recette est une création gourmande inspirée de la choucroute ; elle n'est pas une spécialité traditionnelle hainuyère.

Province de Hainaut | HAINAUT DÉVELOPPEMENT

Une initiative de la Province de Hainaut
Hainaut Développement

www.hainaut-terredegouts.be

HAINAUT TERRE DE GOÛTS