Vinaigrette de moules aux légumes croquants sauce vierge

02/09/2011 à 15h09

Par Scott Serrato

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 400 g de moules de bouchot
- 5 cl de vermouth blanc sec (Noilly Prat)
- 30 g d'échalotes
- 40 g de carottes
- 60 g de concombres
- 20 g d'oignons nouveau
- 80 g de pois gourmands
- 40 g de courgettes
- 40 g de céleri-rave
- 40 g de betteraves rouges crues
- 8 asperges vertes
- 1 cuillère à soupe d'aneth ciselé
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 8 cuillère à soupe de sauce vierge
- sel fin

Préparation :

- La veille, préparez les légumes croquants. Pelez les carottes, les concombres, les oignons, les courgettes, le céleri-rave et les betteraves;
- Passez-les à la mandoline, puis retaillez les lamelles obtenues en filaments. Taillez aussi les pois gourmands. Réunissez-les tous dans un saladier avec de la glace pilée (betterave à part dans un autre récipient) et laissez-les ainsi pendant toute la nuit pour les rendre très croquants;
- Le lendemain, faites cuire les pointes des asperges vertes à la vapeur ou à l'eau bouillante salée en les gardant croquantes. Par ailleurs, brossez, lavez et rincez les moules en éliminant le byssus (la touffe de filaments secrétée par le mollusque pour se fixer sur les rochers). Versez le vermouth dans une marmite, ajoutez les échalotes pelées et hachées, portez à ébullition et flambez, puis ajoutez les moules;
- Portez à nouveau à ébullition en couvrant la marmite;
- Égouttez les moules dès qu'elles sont ouvertes (jetez celles qui restent fermées);
- Égouttez les légumes croquants et mélangez-les avec la betterave. Assaisonnez-les avec l'huile d'olive, une pincée de sel fin et l'aneth. Répartissez-les sur des assiettes, en haut ou au milieu;
- Plantez les pointes d'asperges dans les légumes;
- Disposez les moules juste ouvertes en bas de l’assiette ou tout autour, nappez de sauce vierge et servez frais.