

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



## CRÈME DE FÈVES AUX COQUILLAGES HUILE DE POIVRON ROUGE

ACCOMPAGNÉE DE SON CÔTES DE PROVENCE  
ETIENNE NICOLAS

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)  
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

**NICOLAS**

**EPMT**  
ÉCOLE DE PARIS  
DES MÉTIERS DE LA TABLE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Préparation : 1h  
Temps de cuisson : 50min

Niveau : Facile  
Budget : Moyen

### POUR 4 PERSONNES

- Huile d'olive : 13 cl
- Echalote ciselée : 100 gr
- Fèves : 300 gr
- Fond blanc de volaille : 1.25 L
- Marinère de coquillages : 12 cl
- Ail : 1 gousse
- Bouquet garni
- Paprika : 1 pincée
- Moules de bouchot : 500 gr
- Coques dessablées : 500 gr
- Vin blanc sec : 12 cl
- Poivron rouge : 1 pièce
- Crème liquide : 5 cl
- Beurre : 40 gr
- Encornets : 1 pièce

#### Les coquillages

- Dans deux récipients, faire chauffer l'huile d'olive, répartir les échalotes et le paprika. Ajouter les moules préalablement grattées dans l'un, puis dans l'autre les coques. Ajouter le vin blanc, couvrir. Faire cuire jusqu'à que les coquillages s'ouvrent, puis les réserver avec un peu de marinère.
- Réserver la marinère restante pour la crème de fèves.

#### Les fèves

- Dans un rondau, faire suer les échalotes à l'huile d'olive.
- Ajouter les fèves, le fond blanc, la marinère de coquillages et le bouquet garni. Faire cuire lentement à frémissements pendant 30 min. Mixer les fèves cuites au blender et les tamiser.
- Ajouter la crème et le beurre. Emulsionner au fouet.

#### L'huile de poivron

- Tailler le poivron en dés. Les faire étuver dans l'huile d'olive jusqu'à cuisson complète. Mixer et assaisonner.
- Laisser reposer, l'huile va se décanter.

#### Les encornets

- Parer les encornets, les fendre en deux. Quadriller leur chair finement. Faire sauter à l'huile d'olive les tentacules et les chairs quadrillées.

#### Dressage et présentation

- Dans une assiette creuse, dresser un socle de coquillages. Verser la crème de fèves mousseuse autour. La zébrer avec l'huile de poivron. Décorer le dessus avec des herbes et l'encornet sauté.



Imprimé sur papier recyclé, issu des forêts gérées durablement

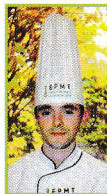
### LA SUGGESTION DU CAVISTE ETIENNE NICOLAS CÔTES DE PROVENCE

AOP CÔTES DE PROVENCE  
Nez d'airelles, de grenades, de pomelos et d'une pointe de fraises écrasées. En bouche ce vin possède un bon équilibre. Belle allonge minérale.

#### Pourquoi cette alliance ?

La fraîcheur fruitée de ce vin apportera un délicat équilibre des saveurs. Le goût iodé saura parfaitement se fondre en bouche.

Retrouvez toutes les recettes de Nicolas sur [recettes.nicolas.com](http://recettes.nicolas.com)



#### Le petit plus de...

**Alexis Jacques** apprenti en terminale Bac professionnel Cuisine (EPMT).

« En décoration, vous pouvez rajouter sur la crème quelques lamelles de Chorizo sautées à l'huile d'olive qui donneront de la couleur mais également un peu de peps au niveau gustatif ».