

# Noix de Saint Jacques juste poelées



## Ingrédients

- 16 noix de Saint Jacques sans corail
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel Poivre

## Préparation

### pour Noix de Saint Jacques juste poelées

Choisissez des noix de saint Jacques sans corail si possible. Sinon, séparez le corail et utilisez-le pour une autre recette.

Ne rincez pas les Saint Jacques. Si vous les décongelez, faites le la veille et veillez à les poser sur du papier absorbant, pour éviter qu'elles rejettent de l'eau.

45 Minutes avant le repas, mettez vos noix de Saint Jacques dans un saladier, avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Donnez un tour de moulin à poivre et mélangez.

10 minutes avant de servir, posez une grande poêle anti-adhésive sur feu vif et faites la chauffer pendant 5 minutes. Vos Saint Jacques doivent tenir sans être collées les unes aux autres. La poêle doit être uniformément chaude, mais attention à ne pas mettre le feu trop fort : Elles ne doivent pas noircir. Ne mettez pas de matière grasse dans la poêle.

Après 5 minutes, posez doucement les noix dans la poêle sans les coller ensemble. Laissez prendre couleur et retournez. Si le feu est bien réglé, cela prend environ 2 minutes par face.

Retirez les noix de saint Jacques et servez-les dans des assiettes chaudes.

Salez à la fleur de sel, dans les assiettes.

Cuites de cette manière, elles seront dorées et croustillantes sur les faces, et quasiment crues mais chaudes au centre.