

CASSOLETTES DE SAINT-JACQUES AUX ÉPINARDS

Liste des courses

- 12 noix de Saint-Jacques surgelées sans corail
- Pousses d'épinards (600 g)
- 1 échalote (20 g)
- Parmesan râpé (40 g)
- Crème liquide (20 cl)
- Huile de colza
- Beurre (80 g)
- 2 œufs
- Farine (30 g)
- Maïzena (30 g)