

COQUELET SAUCE AUX MORILLES

Mars 2004 (Actualisé en avril 2017)

Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 1 coquelet de 600 g
- ★ 20 g de morilles séchées
- ★ 1 cuillère à soupe de fécule de pommes de terre
- ★ 30 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 20 cl de crème liquide
- ★ 2 échalotes
- ★ 60 g de beurre (30 + 30)
- ★ 2 feuilles de laurier
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Bol, Casserole, Cocotte

Préparation : 15 mn

Cuisson : 55 mn

Difficulté : Moyenne

Coût indicatif : 16,95 € (8,48 € par personne)



Recette :

Réhydrater les morilles dans un bol en les laissant tremper 15 minutes dans de l'eau chaude; les rincer puis les mettre à égoutter sur du papier absorbant. Couper à cru le coquelet en deux parties égales dans la longueur. Peler les échalotes et les hacher finement. Dans une casserole faire fondre 30 g de beurre et faire suer les échalotes 3 minutes en remuant sans cesse, ajouter les morilles, saler, poivrer et poursuivre la cuisson 3 minutes, réserver au chaud. Faire fondre le reste de beurre dans une cocotte, faire revenir les deux moitiés de coquelet jusqu'à coloration. Jeter la moitié de la matière grasse, saler, poivrer, ajouter la fécule, retourner les morceaux de coquelet. Mouiller avec le vin blanc, ajouter le laurier et faire cuire à couvert 15 minutes à feu doux.

Ajouter les morilles, la crème liquide et poursuivre la cuisson 20 minutes à couvert et à feu doux; retirer les moitiés de coquelet et réserver au chaud dans une assiette creuse enveloppée de papier aluminium. Laisser réduire la sauce 10 minutes à feu vif, rectifier l'assaisonnement. Servir chaque demi-coquelet dans une assiette, nappé de sauce aux morilles. Accompagner de palets de pommes de terre râpées ou de carrés de polenta.

i Le prix élevé de cette recette est dû aux **morilles** séchées (5,25 € les 10 g en moyenne); alors si l'on peut les cueillir soi-même à la saison, le goût n'en sera que meilleur et le budget allégé d'autant.

Boisson :

Un Meursault servi à 12°C. (*)

(*) **L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.**