

Croquettes de bulots (ou buccins)



Pour 4 à 6 personnes
Préparation : 45 minutes
Cuisson : 3 minutes

Ingrédients

- Une quinzaine de bulots
- 3 jaunes d'œufs (séparés des blancs)
- 3 échalotes (100 g) finement hachées
 - 1 grosse gousse d'ail finement écrasée
- 1 tomate pelée, épépinée et hachée
 - 2 cuillerées à soupe de persil plat haché
- 70 g de chapelure blonde
 - 1 cuillerée à café de sel
 - 1/2 cuillerée à café de poivre mélangé (5 baies)
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche

Mettre les bulots dans une marmite, les recouvrir d'eau froide, amener à ébullition, couvrir et faire cuire 15 minutes environ sur feu doux. Les égoutter, les sortir des coquilles à l'aide d'une brochette, les hacher au mixeur sans les réduire en purée.

Battre légèrement les jaunes d'œufs dans une grande jatte, y mélanger : sel, poivre, tomate, échalotes, ail, persil, bulots et chapelure. Si le mélange est épais au point de ne pas couler d'une cuiller, ajouter de la crème fraîche. Monter les trois blancs d'œufs en neige et les incorporer à cette pâte.

Chauffer un peu (une cuillerée) d'huile dans une poêle sur feu vif. Y jeter la préparation cuillerée par cuillerée comme des petites crêpes épaisses.

Faire cuire 2 minutes, retourner et cuire encore 1 à 2 minutes. Réserver au chaud à four doux. Servir en repas léger avec une salade : 4 ou 5 croquettes en entrée par personne.