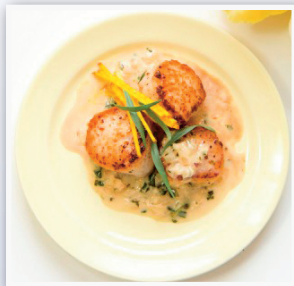


NOIX DE PÉTONCLES SAUTÉES AU THYM

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 65 ml huile d'olive
- 500 g de noix de pétoncles, lavées et épongées
- 1/2 tasse échalotes, hachés
- 1 gousse ail, hachée
- 125 ml vin blanc sec
- 1 c.à soupe thym frais
- 1/2 c.à thé sel
- 1/4 c.à thé poivre noir



PRÉPARATION

Dans une grande sauteuse, réchauffer l'huile 2 minutes à feu modéré. Ajouter les pétoncles trois ou quatre à la fois et les faire sauter 90 secondes à 2 minutes pour que la chair soit opaque. Les retourner et compter 90 secondes de plus. Les garder au chaud dans un bol.

Mettre les oignons verts et l'ail dans la sauteuse et les faire revenir 1 à 2 minutes. Ajouter le vin, le thym, le sel et le poivre et faire bouillir à feu vif pour que le liquide réduise de moitié.

Remettre les pétoncles dans la sauteuse et les réchauffer en les remuant vivement.