

# VELOUTÉ DE CHOU-FLEUR AUX MOULES



4 pers

15 min

30 min

## VOTRE PANIER NETTO

- 1 gros chou fleur
  - 
  - 1 kg de moules
  - 
  - 2 oignons
  - 
  - ½ litres de vin blanc
  - 
  - 1 litre de lait
  - 
  - ½ litre de crème
  - 
  - 1 botte de coriandre
  - 
  - 100 g de beurre
  -
- Sel, poivre, piment d'Espelette

## PRÉPARATION

- 1.** Coupez quelques petites sommités du chou-fleur pour le dressage. Taillez le reste du chou-fleur grossièrement et faites cuire une bonne demi-heure à couvert dans de l'eau bouillante non salée. Faites cuire 2 min les petites sommités dans de l'eau salée et plongez-les dans un bol d'eau avec des glaçons pendant quelques min tout de suite après la cuisson.
- 2.** Épluchez et ciselez finement les oignons. Faites-le suer au beurre sans le colorer. Ajoutez les moules et mouillez avec le vin blanc. Couvrir puis laisser cuire à petit feu (environ 30 min). Lorsque les moules sont ouvertes, égouttez-les, réservez une douzaine en coquille pour la décoration et décortiquez les moules restantes. Placez les moules décortiquées dans le jus de cuisson et couvrez pour maintenir au chaud.
- 3.** Faites chauffer le lait et la crème, et versez-y les choux fleurs cuits égouttés. Mixez pour faire un velouté et assaisonnez avec du piment d'Espelette, du poivre et du sel.
- 4.** Placez les moules décortiquées au fond d'une assiette creuse, ajoutez l'équivalent de 4 branches de coriandre ciselée et le velouté.

Décorez avec les petites sommités de choux fleur, les moules entières, une feuille de coriandre fraîche et un peu de sel.