

Station gourmande

Découvrir les saveurs et mets du monde

Saint Jacques crues et sa vinaigrette à la vanille

J'adore les **Saint Jacques crues** mais je reconnais faire très attention sur la qualité du produit pour pouvoir les manger ainsi.

Pour les déguster crues, je vous conseille de les acheter **en coquille**. Vous pouvez les préparer vous-même ou demander au poissonnier de le faire. Dans un prochain billet, si vous le souhaitez, je peux vous montrer comment ouvrir facilement la coquille et récupérer la noix (cliquez [ici](#)).

Une fois que vous avez récupéré les noix, vous pouvez très facilement les **congeler bien à plat** et les préparer plus tard mais sans trop attendre trop. A la décongélation, grâce à la fraîcheur du produit, vous ne perdrez ni le goût incomparable, ni la douceur de la texture.

Par contre, je ne vous conseille pas d'acheter des noix congelées, à manger crue, le goût n'est pas très bon.

Et si vous n'en avez jamais mangé crue alors à la **prochaine promotion**, je vous conseille d'en goûter et vous découvrirez une fraîcheur unique, une saveur subtile et une texture très agréable.



12 noix de Saint Jacques
Huile d'olive
Gousse de vanille
Jus de citron
Nigelle
Fleur de Sel de Guérande

Versez dans un bol au moins 4 cuillère à soupe d'**huile d'olive**. Il faudra à l'occasion que je prépare un post sur le sujet mais comme toujours, je vous conseille d'utiliser une très bonne huile d'olive, au parfum doux et fruité.

Fendez en deux la **gousse de vanille**, récupérez les grains et ajoutez-les à l'huile d'olive.

Versez du **jus de citron** dans le bol et mélangez tous les ingrédients.

[Préparez](#) les **Saint Jacques** ou demandez à votre poissonnier de le faire. Rincez légèrement les **noix** et essuyez-les. A l'aide d'un couteau aiguisé, coupez-les en **trois tronçons** chacune.

Dressez les **assiettes individuelles**. Déposez les tronçons bien à plat (sans chevauchement).

Salez à la **fleur de sel** et versez la **vinaigrette à la vanille**. Saupoudrez de **nigelle** (ou du sésame blanc & noir).

Une entrée saine, bonne (je dirai même **excellente**) et **peu calorique**.

Ah oui, je voulais vous dire, à propos de manger crues ses noix, si personne ne vous prévient, vous allez dévorer l'assiette ... j'en suis presque sûre