



ÉLEVÉS · ICI
MANGÉS · ICI

POISSONS ET FRUITS DE MER
• DU QUÉBEC •



HUÎTRES GRATINÉES AU LOUIS D'OR

Temps de cuisson : 8 minutes

Temps de préparation : 35 minutes

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

20	Huîtres du Québec
100 ml (7 c. à soupe)	Fromage d'ici à pâte ferme (comme le Louis d'Or) râpé
30 ml (2 c. à soupe)	Chapelure
1	Gousse d'ail, hachée finement
15 ml (1 c. à soupe)	Échalote française ciselée
20 ml (4 c. à thé)	Beurre
1 L (4 tasses)	Épinards hachés grossièrement
1	Botte d'estragon, hachée
1	Botte de ciboulette, ciselée
	Gros sel
	Piment d'Espelette en poudre ou son équivalent québécois, le piment Gorria (ou tout autre piment en poudre)
15 ml (1 c. à soupe)	Fleurs comestibles (facultatif)

PRÉPARATION

1. Nettoyer et ouvrir les huîtres, les séparer de leur coquille et les égoutter dans un tamis (conserver le jus). Réserver au réfrigérateur.
2. Mélanger le fromage râpé et la chapelure.
3. Faire suer l'ail et l'échalote dans le beurre, puis ajouter le jus des huîtres réservé. Porter à ébullition et réduire de moitié. Ajouter les épinards, les faire tomber et retirer du feu. Ajouter les fines herbes. Réserver au frais.
4. Sur une plaque de cuisson, faire des petits lits de gros sel et y déposer les coquilles creuses préalablement nettoyées.
5. Déposer le mélange d'épinards dans les coquilles, puis ajouter les huîtres.
6. Ajouter le mélange de fromage et chapelure sur les huîtres.
7. Gratiner au four à gril (*broil*) de 2 à 3 minutes et servir avec le piment et les fleurs (facultatif).





LES MEILLEURES FAÇONS DE VOUS PROCURER DES POISSONS ET FRUITS DE MER DU QUÉBEC

- En saison, surveillez les arrivages de produits frais
- Demandez la provenance des produits (dans les poissonneries, restaurants, etc.)
- Cherchez la certification Aliments du Québec

Pour en savoir plus, consultez mapaq.gouv.qc.ca/pechesicimangesici.

#ÉlevésIciMangésIci