LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Moules marinières au lait de coco, citron vert et Baies de Sichuan

Moules au lait de coco et Baies de Sichuan : un mariage de fraîcheur et d’exotisme qui réchauffe les soirées d’automne. Les moules cuites dans un bouillon crémeux au lait de coco gardent leur juteux naturel tandis que le citron vert apporte une acidité vive. Les Baies de Sichuan rouge, légèrement torréfiées et concassées en début de cuisson, diffusent des notes citronnées, florales et résineuses qui soulignent la saveur iodée des coquillages sans l’écraser. La texture onctueuse du jus se marie parfaitement à des tranches de pain grillé pour saucer. C’est une recette simple, conviviale et rapide à préparer, idéale pour un dîner en famille ou entre amis, quand tu veux un plat qui surprend sans complication.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**15 min**	**20 min**	**facile**

Ingrédients

- 2 kg de moules fraîches, grattées et ébarbées
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 20 g de beurre
- 1 oignon jaune moyen, finement émincé
- 2 échalotes, finement ciselées
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 1 cuillère à café de Baies de Sichuan rouge (entières ou légèrement concassées)
- 150 ml de vin blanc sec (ou 150 ml de bouillon léger)
- 200 ml de lait de coco
- Le zeste et le jus d'1 citron vert
- 1 petite pincée de piment d'Espelette (facultatif)
- 1 petit bouquet de coriandre fraîche, grossièrement haché
- Sel et poivre du moulin
- Pain croustillant pour servir

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Baies de Sichuan rouge

Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare les moules: rince-les à l'eau froide, enlève les byssus et jette celles qui restent ouvertes après un léger choc. Égoutte.

Écrase légèrement les Baies de Sichuan: place-les 10 à 12 secondes à sec dans une petite poêle chaude pour les torréfier puis concasse-les au mortier (ou avec le dos d'une cuillère). Cela libère leurs arômes sans les brûler.

Fais suer les aromatiques: chauffe l'huile d'olive et le beurre dans une grande cocotte à feu moyen. Ajoute l'oignon et les échalotes, fais-les fondre 4–5 minutes sans coloration. Ajoute l'ail et poursuis 30 secondes.

Ajoute les Baies de Sichuan concassées et le piment d'Espelette si tu en mets, mélange 20–30 secondes pour les enrober et réveiller leur parfum.

Déglace avec le vin blanc (ou le bouillon): laisse réduire 1 à 2 minutes puis verse le lait de coco. Porte à frémissement puis ajoute le zeste et le jus de citron vert. Goûte et rectifie sel/poivre.

Ajoute les moules dans la cocotte, couvre et augmente le feu pour obtenir une forte vapeur. Secoue la cocotte deux fois pendant la cuisson pour répartir la chaleur. Cuis 4–6 minutes jusqu'à ce que toutes les moules soient ouvertes.

Retire la cocotte du feu, enlève les moules non ouvertes. Incorpore la coriandre hachée et mélange délicatement pour parfumer. Si tu veux un jus plus lisse, récupère environ 200 ml de jus, passe-le au tamis et remets-le dans la cocotte.

Serre immédiatement dans des bols profonds avec du pain grillé pour saucer. Propose un filet de jus de citron vert supplémentaire à table.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour un parfum plus net, torréfie très brièvement les baies avant de les concasser. Ne laisse pas trop réduire le lait de coco pour préserver l’onctuosité. Jette les moules restées fermées après cuisson.

La recette en ligne

Le produit