

# CASSOULET DE CRUSTACÉS

## AU SAFRAN



Pour 6 personnes  
Préparation 25 minutes  
Cuisson 20 minutes  
6 grosses langoustines  
36 moules  
12 queues de gambas  
6 tiges de ciboule  
720 g de haricots blancs  
en boîte (poids net égoutté)  
2 échalotes  
2 c. à soupe de vin blanc sec  
2 c. à soupe d'huile  
de tournesol  
2 pincées de filaments  
de safran, sel, poivre  
Velouté de courge  
500 g de chair de courge  
5 cl de crème liquide  
1 capsule de safran  
10 g de Maïzena®  
1 c. à soupe de sauce de  
poisson (épicerie asiatique)  
ou 20 g de fumet de poisson  
1 c. à soupe de liqueur de poire

Préparer le velouté. Porter à ébullition 40 cl d'eau avec la courge en petits morceaux et laisser frémir 15 minutes, à couvert. Mixer finement. Ajouter la crème liquide, la liqueur de poire, la sauce de poisson, le safran et la Maïzena® diluée avec 2 cuillerées à soupe d'eau froide. Porter à frémissement. Rectifier l'assaisonnement. Nettoyer les moules. Décortiquer les gambas en gardant le dernier anneau et la queue, inciser le dos afin d'enlever l'intestin. Couper la ciboule en tronçons de 4 cm. Hacher finement les échalotes. Dans une cocotte, saisir les langoustines avec ½ cuillerée à soupe d'huile 40 secondes de chaque côté. Déglacer avec ½ cuillerée à soupe de vin blanc et cuire 1 minute, à couvert. Les retirer de la cocotte et réserver au chaud. Cuire les gambas de la même façon. Dans la même cocotte, faire revenir les échalotes dans 1 cuillerée à soupe d'huile de tournesol. Ajouter les moules et la partie blanche de la ciboule. Cuire 3 minutes à couvert, à feu moyen. Ajouter 1 cuillerée à soupe de vin blanc et les haricots égouttés. Porter à ébullition et poursuivre la cuisson 2 minutes à couvert, à feu moyen. Ajouter le reste de la ciboule et mélanger. Saler et poivrer. Faire mousser le velouté de courge à l'aide d'un mixeur plongeant. Répartir les haricots blancs, les moules, les langoustines et les gambas dans les assiettes. Déposer quelques cuillerées de velouté. Parsemer les filaments de safran.