

Voici une petite entrée pleine de goût que nous avons beaucoup apprécié le week end dernier!
Elle se compose d'un vol au vent garni d'un mélange de fruits de mer (crevettes, moules, poulpes, calamars) en sauce à l'ail.

Mes bouchées n'ont malheureusement pas beaucoup gonflées avec la pâte feuilletée du commerce mais c'était quand même très bon!



La recette pour 4 personnes:

- 1 pâte feuilletée
- 400g d'un mélange de fruits de mer surgelés (crevettes, moules, poulpes, calamars)
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 cubes ail & crème de Knorr
- 20cl de crème liquide allégée
- 2 grosses càs de mascarpone
- 1 càc de maïzena

Faire revenir dans une sauteuse la gousse d'ail écrasée (en purée) dans un peu de matière grasse.
Ajouter le cube et la crème liquide.

Incorporer les fruits de mer (décongelés) et laisser mijoter 5 min.

Ajouter la mascarpone et la maïzena diluée dans un peu de crème liquide. Poursuivre la cuisson encore 5 min à feu doux.

Réserver.

Découper à l'emporte pièce 8 cercles de pâte feuilletée. Poser 4 d'entre eux à l'envers sur une feuille de papier cuisson.

Les badigeonner de jaune d'oeuf.

Découper le centre des 4 derniers cercles de pâte avec un emporte pièce plus petit (en forme de coeur pour moi). Retourner ces morceaux de pâte avant de les superposer sur les précédent.

Badigeonner le tout de dorure.

Faire des entailles sur le centre évidé afin de limiter son développement.

Enfourner à 200°C pendant 15 min.

Retirer le chapeau au centre du vol au vent et garnir chaque bouchée avec la préparation aux fruits de mer.

Refermer avec le chapeau.

Servir chaud ou tiède.

Astuces : retourner les cercles de pâte par rapport à leur position initiale lors de la découpe permet au feuilletage de mieux pousser à la cuisson.

Si vous utilisez du feuilletage maison (plus de tours que celui du commerce), positionnez une grille un cran au dessus de votre plaque dans le four afin de limiter la hauteur de vos bouchées, si jamais elles grimpaient trop ...!!