

# FICHE CULINAIRE PRINTEMPS - ÉTÉ

L'accord idéal des beaux jours mêle finesse, fraîcheur et générosité : **une polenta crémeuse accompagnée de crevettes et d'un suprême de volaille**. Une assiette subtilement équilibrée entre terre et mer, qui trouve un écho parfait dans l'élégance du Crémant du Jura.

À mesure que les journées s'allongent, le Crémant du Jura s'impose comme l'invité incontournable des tables printanières et estivales. Bulles fines, tension vive et arômes délicats : cette appellation effervescente emblématique du vignoble jurassien accompagne avec justesse tous les moments gourmands, de l'apéritif au repas. En accompagnement d'un plat généreux et contrasté, il révèle une palette aromatique pleine de fraîcheur, pour une dégustation à la fois conviviale et sophistiquée.

## POLENTA CRÉMEUSE, CREVETTES ET SUPRÊMES DE VOLAILLE



4 personnes



Préparation : 50 minutes



Temps de marinade : 1 heure

### Ingrédients pour 4 personnes

- 250g de polenta
- 1 litre d'eau
- 50 cl de lait de coco
- 1 gousse d'ail
- 80 g de beurre
- 60 g de parmesan
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 cuillère à café de gros sel

### Pour la viande et les crevettes

- 2 suprêmes de volailles  
(si possible avec la peau).
- 12 à 16 crevettes (cruées de préférence).
- 10 cl d'huile d'olive
- 1 citron jaune

### Pour le jus et la garniture

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1/2 cuillère à café de pâte de curry rouge (facultatif)
- 8 cl de crémant du Jura
- 25 cl de bouillon de volaille
- 5 cl de lait de coco
- 1/2 citron vert
- Les têtes et carapaces de 12 à 16 crevettes

### Ingrédients pour les finitions

- Herbes fraîches : basilic, persil, menthe
- Un citron pour les zestes



## PRÉPARATION DE LA RECETTE

### Réalisation de la polenta

- Portez à ébullition l'eau, le lait de coco avec une gousse d'ail écrasée, une cuillère à café de gros sel et une pincée de piment d'Espelette.
- Une fois le mélange à ébullition, baissez le feu et ajoutez la polenta en fine pluie sans cesser de remuer.
- Faites cuire à feu doux jusqu'à obtention de la consistance désirée (environ 5 à 10 minutes).
- Ajoutez le beurre en morceaux et le parmesan.
- Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- Réservez.



### Préparation de la viande et des crevettes

- Commencez par châtrer et décortiquer les crevettes.
- Conservez les têtes et les carapaces pour le jus.
- Préparez une marinade avec l'huile d'olive, le citron et mettez les crevettes dans la moitié de la marinade.
- Gardez l'autre partie pour faire mariner les suprêmes de volaille et ajoutez du sel et du poivre.
- Laissez mariner au moins une heure au frais.

### Réalisation du jus

- Dans la casserole, faites revenir dans un filet d'huile d'olive un oignon finement ciselé, une gousse d'ail écrasée et une cuillère à café de pâte de curry rouge.
- Faire cuire 5 minutes avant d'ajouter les têtes et carapaces des crevettes.
- Une fois que la garniture est bien colorée, déglacez avec le crémant du Jura et laissez évaporer.
- Mouillez avec le bouillon de volaille.

- Laissez cuire au moins 30 minutes à feu très doux.
- Mixez ensuite le bouillon pour récupérer toutes les saveurs des têtes de crevettes et filtrez le jus obtenu.
- Faites-le réduire d'un quart sur feu moyen pour concentrer les saveurs.
- Ajoutez ensuite le lait de coco, un trait de citron et assaisonnez de sel et poivre à votre convenance.
- Cuisson des crevettes et des suprêmes de volailles :

### Les suprêmes de volaille

- Dans une poêle chaude, commencez par faire griller côté peau les suprêmes de volaille.
- Retournez-les lorsqu'ils sont bien colorés et faites griller de l'autre côté.
- Assaisonnez de sel et de poivre.
- Retirez les suprêmes lorsqu'ils sont bien colorés et terminez la cuisson au four pendant 10 à 12 minutes à 180°C.

### Les crevettes

- Faites chauffer une poêle avec un filet d'huile d'olive à feu moyen-vif.
- Ajoutez les crevettes et faites-les saisir rapidement (environ 1 à 2 minutes de chaque côté).
- Assaisonnez avec du sel, du poivre.

### Dressage

- Dressez généreusement la polenta bien crémeuse.
- Ajoutez sur le dessus un demi suprême de volaille coupé en tranches, et 3 à 4 crevettes.
- Ajoutez quelques herbes fraîches, des zestes de citron vert.
- Terminez avec un peu de fleur de sel, de poivre et de la sauce.

 30 ANS  
CRÉMANT DU JURA

*Le Crémant du Jura est un vin effervescent AOC élaboré selon la méthode traditionnelle depuis 1995. Les cépages autorisés sont le Chardonnay, le Savagnin, le Poulsard, le Pinot noir et le Trousseau. Le Chardonnay domine dans les blancs, tandis que le Poulsard et le Pinot noir sont majoritaires dans les rosés.*

*Les vendanges sont manuelles, et les raisins sont pressés en grappes entières. Bulles fines, robe or pâle, nez floral et fruité, bouche vive et équilibrée : le Crémant du Jura séduit par sa fraîcheur et son élégance.*