



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Encornets à la persillade .



© Manou / cuisine-plaisirs

### *Ingrédients :*

- 3 gousses d'ail
  - 500 g de blancs d'encornet
  - Jus de citron
  - Persil
- 
- Rincer les encornets à l'eau froide. Faire bouillir une grande casserole d'eau
  - Déposer les encornets pour les cuire environ 10 - 15 minutes
  - Détailler les gousses d'ail, puis mixer avec le persil, réserver
  - Les égoutter puis les couper en rondelles et lamelles
  - Prendre soin de retirer le tube transparent à l'intérieur de l'encornet
  - Dans une poêle équipée d'une feuille anti-adhésive faire revenir les encornets
  - Remuer sans cesse pendant 2 minutes en incorporant l'ail et le persil et le jus de citron



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs