

Aile de Raie Vigneronne

Pour 4 personnes

Ingrédients :

800 gr de raie épaisse

500 gr de raisins blonds ou rosés

200 gr de pousses d'épinards

10 cl de vinaigre blanc

2 brins de thym

6 brins de ciboulette

50 gr de beurre – le jus d'un citron – 1 c à soupe de gros sel –poivre.

Préparation :

Mettez l'aile de raie dans une cocotte avec le gros sel, le thym, le vinaigre.

Couvrez d'eau froide, portez à ébullition et laissez frémir 10 mn.

Lavez et égrenez le raisin .passez la moitié des grains à la centrifugeuse ou au mixer et réservez le jus. Lavez et égouttez les épinards.

Lorsque l'aile de raie est cuite, égouttez-la, retirez la peau et le cartilage puis déposez-la sur un plat de service.

Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez les grains de raisin et faites les cuire 3 mn à feu vif.

Disposez – les sur le plat de service autour de la raie avec les pousses d'épinards et poivrez.

Versez le jus de citron et le jus de raisin dans la poêle.

Laissez cuire 3 mn à feu vif, ajoutez la ciboulette ciselée, nappez la raie de sauce et servez aussitôt