



## MACARONADE DE SEICHES ET PISTES À LA NIÇOISE

Version Bistrot de la Marine à Cagnes sur Mer (2011)

POISSON / ENTREE ou PLAT PRINCIPAL

### INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

1 mulot de 1,8 kg  
0,200 kg de blancs de seiche fraîche,  
émincés très fins en lanières  
0,200 kg de pistes (cartilages enlevés)  
0,400 kg de mini-ratatouille taillée en brunoise  
4 cuillères à soupe de basilic frais concassé  
8 copeaux de parmesan  
2 cuillères à soupe de jus de citron jaune  
2 bottes de riquette sauvage  
0,100 kg de macaronis cuits "al dente"  
0,050 kg d'olives noires de Nice  
0,20 L d'huile d'olive  
Sel, poivre de Cayenne

### L'ASTUCE DU CHEF

Si dans votre réfrigérateur il vous reste des fonds de sauce que vous ne savez pas comment utiliser, alors, sachez que vous pouvez lier l'ensemble avec un fond de bisque de homard ou de jus de crustacé.

### LES PIÈGES À ÉVITER

Ne pas cuire sèches et pistes à l'avance, la cuisson "minute", au dernier moment!, fait partie de la réussite de cette recette.

### UNE BOISSON POUR ACCOMPAGNER

Un Costières de Nîmes « Château des Nages » 2008.

### POUR LA PETITE HISTOIRE

" La macaronade de Seiche " faisait partie des classiques du restaurant Jacques Maximin à Vence.  
Ici, aujourd'hui au Cros de Cagnes, elle est revisitée à la sauce bistrot "marin-malin" comme dit le Chef !

### PRÉPARATION

#### Réaliser la macaronade

- 1 - Poêler séparément chaque légume de la ratatouille dans un peu d'huile.
- 2 - Égoutter, mettre dans un saladier, ajouter les macaronis cuits, le basilic concassé, les olives noires, sel et poivre.
- 3 - Assaisonner la seiche et les pistes.
- 4 - Faire sauter le tout trente secondes dans une poêle contenant de l'huile d'olive brûlante.
- 5 - Égoutter et mélanger aussitôt avec le reste, ajouter un peu de poivre de Cayenne.

#### Dresser

Disposer dans quatre assiettes un peu de riquette sauvage.  
Répartir le mélange tiède pistes, seiche, macaronis, ratatouille.  
Arroser chaque assiette d'huile d'olive, quelques gouttes de jus de citron, un peu de poivre noir du moulin, deux copeaux de parmesan par assiette et servir.