



## **RATA DE MARGATTES**

### **Ingrédients pour 6 personnes**

- 1kg blancs de seiches
- 200 gr oignons
- 150 gr de carottes
- 6 gousses d'ail
- 500 gr tomates
- ½ litre de vin blanc
- 600 gr de pomme de terre nouvelles moyennes
- 100 gr beurre
- 15 cl rhum
- 1 branche de thym
- 2 feuilles de laurier
- 10 gr de gros sel
- 5 gr piment d'Espelette



### **Progression**

Tailler les blancs de seiches en lamelles d'environ 2 cm.  
Éplucher et émincer les oignons. Faire de même pour les carottes que vous détaillerez en mirepoix.  
Couper les tomates grossièrement en quartiers et laver les pommes de terre.

Dans une sauteuse, faire revenir les lamelles de seiche dans le beurre. Y ajouter les oignons et carottes émincés, puis flamber le tout avec le rhum.

Mouiller au vin blanc et y ajouter les tomates et pommes de terre. Assaisonner de sel et piment d'Espelette selon votre goût.

Laisser mijoter doucement environ 30 à 40 minutes.

Les seiches seront cuites quand les pommes de terre le seront.  
Retirer alors les seiches et les pommes de terre de la sauteuse et réserver.

Laisser cuire et réduire la sauce avant de la mixer et robot plongeant.

### **Dressage**

Servir ce plat traditionnel de Saint-Gilles dans une assiette creuse en mettant une bonne louche de sauce et en déposant quelques pommes de terre et les lamelles de seiche au centre de l'assiette.  
Saupoudrer l'assiette d'une bonne pincée de persil fraîchement ciselé et servir immédiatement.



**Chef Patrick ROUGEON**  
La Grand'Roche  
17 avenue de la Grand Roche  
85470 Bretignolles-sur-Mer