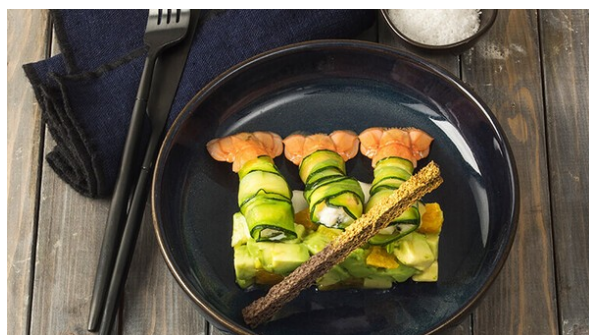


Roulé de langoustines à la crème de chèvre, tartare d'avocat à l'orange



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
266574	Langoustine entière crue 10/15	3 Pièce
251791	Cubes d'avocat 1 kg	70 Gramme
9249	Bûche pur chèvre 23% MG 1 kg Sélection du Quotidien	30 Gramme
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	5 Gramme
9333	Crème liquide Excellence 35% MG UHT 1 L Elle et Vire	5 Centilitre
27195	Plaque de pain de mie noir au cacao et malt 300 x 400 mm 250 g	PM
	Courgettes	50 Gramme
	Huile de pignons de pin	3 Centilitre
	Vinaigre de gingembre	3 Centilitre
	Menthe	PM
	Thym	PM
	Jus de citron	PM
	Zestes d'orange	PM
	Zestes de citron vert	PM

Etapes de préparation

- 1 Décortiquer les langoustines body peeled. Rouler dans les lanières de courgettes. Mettre sur plaque. Vaporiser d'huile de pignons de pin. Au four à 180-200°C
- 2 Assaisonner les cubes d'avocat de chèvre frais, huile de pignons de pin, vinaigre de gingembre, échalote, menthe et zestes d'oranges
- 3 Fouetter la crème liquide avec du vinaigre de gingembre. Assaisonner (sel, poivre). Ajouter le chèvre frais, les zestes de citron vert et un demi jus de citron

Roulé de langoustines à la crème de chèvre, tartare d'avocat à l'orange

4 Finition gressin de pain de mie noir, branches de thym et zestes de citron

Couleur, fraîcheur et élégance...



Le tartare peut être remplacé par une mousse bavaroise à l'avocat, agrumes et langoustines

Thierry Wilcox conseiller culinaire Sud-Ouest