

Homard bleu à l'étouffée au foin soupe de butternut citronnelle-coco



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
262520	Homard européen bleu queue et pinces décortiquées 140/190 g avec tête entière 200/250 g	1 Pièce
133851	Courge butternut en dés 1 kg Bonduelle	120 Gramme
	Bouillon de légumes	0.01 Litre
	Salicornes	30 Gramme
	Quart de citron vert	1 Pièce
	Crème de coco	30 Gramme
	Tige de citronnelle	1 Pièce
	Foin, sel, poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Préparer un bouillon de légumes puis le corser à la citronnelle. Chauffer les cubes de butternut dans le bouillon, mixer le tout jusqu'à obtention d'une crème lisse et onctueuse. Ajouter la crème de coco, mélanger, vérifier l'assaisonnement sel et poivre et réserver.
- 2 Mettre en décongélation préalable les queues de homard bleu dans le sous vide d'origine puis bien les égoutter. Il est impératif de rincer le foin à l'eau claire puis de le plonger quelques instants dans de l'eau bouillante pour la sécurité alimentaire. Réserver. Réaliser un fagot de foin puis l'enrouler autour de la queue de homard crue.
- 3 Le déposer sur une plaque de cuisson puis mettre en cuisson à couvert au four à chaleur sèche température stabilisée à 200°C. En sortie de four, déglacer les queues à l'aide d'une partie du bouillon de cuisson du butternut. Assaisonner et réserver.
- 4 Dresser, en finition : salicornes et zestes de citron vert et pattes de homard pour la déco.

Homard bleu à l'étouffée au foin soupe de butternut citronnelle-coco

L'astuce du Chef



Il est possible de travailler directement sur une purée de butternut, il suffira de la détendre avec un bouillon de légumes et de l'assaisonner de la même façon. Cette recette est adaptable froide.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid