



HOMARD BLEU RÔTI ET FLAMBÉ EN CASSEROLE, AUX CAROTTES FANE À LA VANILLE BOURBON

Ingrédients : pour 2 personnes

- 1 homard bleu de 600 à 700 gr
- 3 cl d'huile d'olive
- 50 gr de beurre
- 2 gousses de vanille
- 60 gr de mousserons des prés
- 160 gr de carottes fanes
- Sel et poivre au moulin
- 80 gr de crème fleurette
- 5 cl de cognac
- Piment d'Espelette



Préparation :

Préparation des carottes cuisson al dente.

Mettre l'huile d'olive dans la casserole puis le homard entier, faire revenir pendant 2 minutes, ensuite, flamber avec le cognac.

Une fois flambé, ajouter le beurre puis les mousserons des prés avec les carottes et les gousses de vanille fendues en deux. Assaisonner avec sel, poivre du moulin et une pincée de Piment d'Espelette. Cuire avec le couvercle pendant 5 minutes.

Retirer le homard de la casserole.

Finir avec la crème fleurette, faire légèrement réduire.

Pour servir, couper le homard en deux, concasser les pinces.

Dresser un demi-homard dans chaque assiette creuse, puis ajouter les légumes avec la gousse de vanille.

Finir avec le jus de cuisson de homard.

Le chef conseille un Châteauneuf du Pape Blanc pour accompagner ce plat.



Chef Éric COISEL
Chef Consultant