



## **SALADE DE LANGOUSTINES AU PAMPLEMOUSSE**



**Facile**

**Préparation: 15 mn**

**Cuisson: quelques mn selon la taille des langoustines**

**Pour 4 personnes:**

4 à 5 langoustines par personne (selon la taille)

4 poignées de jeunes pousses ou mesclun

2 pamplemousses

1 échalote émincée finement

2 pincées de sucre en poudre

3 càs d'huile d'olive

1 càs de vinaigre de xérès

Sel et poivre

Enlever la tête des langoustines (qui serviront pour un fumet pour des recettes ultérieures) et les décortiquer en ôtant le boyau noir et en leur laissant le dernier anneau de la queue. Les cuire à la vapeur 2 à 3 mn selon leur taille. Les poser bien à plat sur un plat et les réserver à température ambiante si vous devez les utiliser rapidement ou au frais si c'est pour plus tard.

Laver, préparer et essorer la salade. Réserver.

Eplucher les pamplemousses en le gardant entier et en ne laissant aucun filament blanc. A l'aide d'un couteau à lame fine, en posant une passoire au dessus d'une casserole, détacher les segments en les laissant entiers en recueillant le maximum de jus. Réserver les quartiers de pamplemousse.

Porter le jus de pamplemousse à ébullition avec le sucre et l'échalote et laisser réduire des 2/3 environ. Réserver.

Préparer la vinaigrette en émulsionnant l'huile et le vinaigre, ajouter le jus de pamplemousse réduit.

Saler et poivrer à votre convenance.

**Finition et dressage:**

Mélanger délicatement salade et pamplemousse avant de l'assaisonner.

Disposer cette salade au centre des assiettes en veillant à ce que quelques quartiers de pamplemousse soit bien visibles.

Poser les langoustines dessus.

Si vous faites cuire les langoustines à l'avance, pensez à les sortir du réfrigérateur au moins 1 heure avant de préparer les assiettes pour que leur chair ne soit pas glacée.