



CUISSSES DE GRENOUILLES A LA CREME DE CHOU-FLEUR ET JUS DE PERSIL



Facile Préparation: 15 mn Cuisson: 25 mn (20 + 5)

Pour 6 personnes:

15 paires de cuisses de grenouilles surgelées

½ chou-fleur

50 cl de crème fleurette 50 g de poudre d'amandes 20 cl de lait

½ bouquet de persil ½ gousse d'ail

Un peu de beurre et 1 càs d'huile de pépin de raisin (ou toute autre huile neutre)

Sel

Les grenouilles: La veille ou le matin pour le soir.

Faire décongeler les cuisses de grenouilles sur un papier absorbant en le changeant souvent pour éliminer le maximum d'humidité.

Lorsqu'elles sont dégelées, enlever la colonne vertébrale, séparer les cuisses de manière à avoir une seule à la fois. Dégager la chair du pilon en la rabattant vers la chair des cuisses. Réserver.

Le chou-fleur:

Laver et parer le chou-fleur. Détacher les bouquets et les cuire à l'anglaise jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Égoutter, puis mettre dans le bol du mixer (ou utiliser un mixer plongeant) avec le lait, la crème, la poudre d'amandes. Mixer pour obtenir une purée très fine et ajuster l'assaisonnement. Réserver.

Le persil:

Laver et détacher les feuilles du persil, les sécher dans un torchon. Ebouillanter 2 minutes le persil et la demi gousse d'ail pelée dans une petite casserole d'eau bouillante. Egoutter et mixer avec un peu d'eau de cuisson et l'huile. Saler.

Finition et dressage:

A feu moyen, chauffer le beurre dans une poêle, lorsqu'il grésille poser les cuisses et les faire cuire en les arrosant et en les tournant souvent. La cuisson est assez rapide, la viande doit se colorer un peu mais rester moelleuse. Saler et poivrer.

Réchauffer la purée de chou-fleur amandes. En déposer 2 belles càs de purée au fond d'un bol ou d'une assiette creuse, arroser de quelques gouttes de jus de persil et piquer les cuisses à la verticale dans la purée l'os du "pilon" en l'air. Servir bien chaud.