

Langoustines poêlées au curry et jus d'ail



Les ingrédients pour 4 personnes :

24 langoustines crues
2 courgettes
8 gousses d'ail
1 pincée de fleur de thym
15 g de beurre
Sel et poivre du moulin
Curry en poudre
Huile d'olive
Pour le fumet :
Les têtes des langoustines
1 oignon
1 carotte
1 bouquet garni
15 g de beurre

Séparer les têtes des queues de langoustines. Tailler l'oignon et la carotte en mirepoix (petits dés) et les faire revenir dans une casserole avec le beurre. Ajouter ensuite de l'eau à hauteur, le bouquet garni et cuire jusqu'à réduction des 3/4. Passer au chinois en appuyant avec une cuillère en bois pour extraire tous les sucs et réserver.

Décortiquer les queues de langoustines crues.

Couper en fines lamelles avec une mandoline la première courgette (j'ai coupé en 2 dans la longueur ces lamelles qui autrement sont trop hautes). Entourer chaque langoustine avec une lamelle de courgette et tenir le tout avec une pique en bois. Saler, poivrer et huiler les 2 côtés des rouleaux puis saupoudrer chaque côté avec du curry. Faire revenir les gousses d'ail écrasées dans le beurre et mouiller avec le fumet de langoustines. Cuire 10 mn à feu doux le jus d'ail.

Tailler la deuxième courgette en julienne et la faire sauter dans un peu d'huile d'olive. Assaisonner. Ajouter la fleur de thym.

Faire revenir dans une poêle les mini-brochettes à feu vif dans un peu d'huile d'olive. Pour le service mettre au centre des assiettes de la julienne de courgette et entourer avec 6 mini-brochettes. Napper de jus d'ail.

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>