



Recette française



Pour les jours de fête

Court
Temps de préparationMoyen
Temps de cuisson

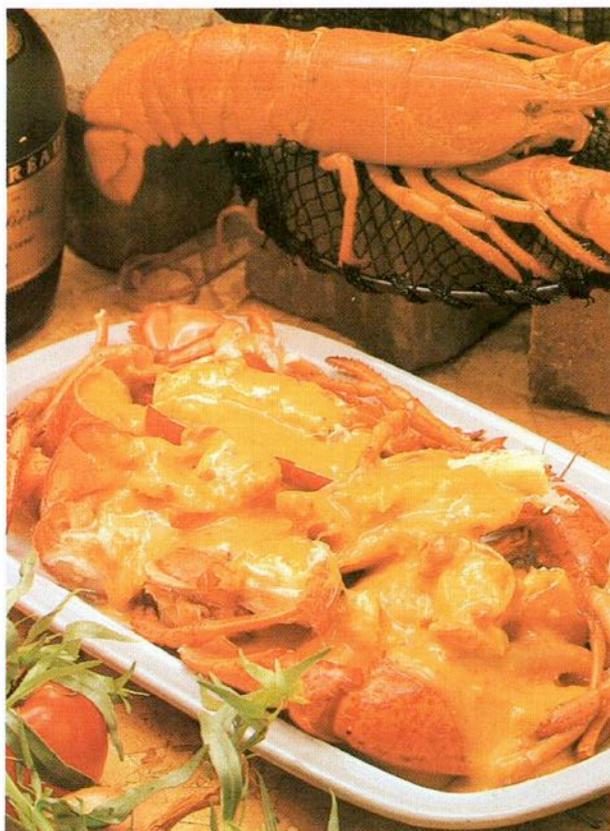
Degré de facilité



Dépense à prévoir



Valeur diététique



VARIANTE

Variante. Les langoustes peuvent se préparer de la même façon. Mais sachez que le prix des langoustes est environ le double ou le triple de celui du homard.

LES CONSEILS DU CHEF

Si vous souhaitez «étourdir» le homard, plutôt que de le trancher vivant, il suffit de le plonger 2 minutes environ dans un grand faitout plein d'eau en ébullition. Prenez néanmoins la peine de lui attacher les pinces et attendez-vous à ce qu'il se débatta.

Aidez-vous d'un petit marteau ou d'un casse-noix pour briser les pinces des homards.

Ce plat s'accompagne très bien de riz nature.

LES VINS OU LES BOISSONS



Un côtes-de-provence blanc ou rosé.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 2 homards vivants de 900 g environ (ou un gros homard de 1,600 kg environ).
- 1 gros oignon, 2 échalotes, 1 carotte, 4 tomates.
- 6 cuillerées à soupe d'huile.
- 100 g de beurre.
- 2 pincées de poivre de Cayenne.
- 1 petit verre de cognac.
- 1 cuillerée à soupe de concentré de tomates.
- 2 verres de vin blanc.
- 1 bouquet garni, 2 branches d'estragon, sel et poivre, 1 cuillerée à café bombée de farine.

LA RECETTE

1. Pelez les légumes. Hachez séparément l'oignon et les échalotes. Coupez la carotte en petits dés. Concassez la chair des tomates.

2. Sur une planche à découper, maintenez solidement le homard. Détachez les pinces et brisez-les. Séparez la tête de la queue. Tronçonnez cette dernière en morceaux en suivant les articulations. Fendez la tête en deux dans le sens de la longueur et recueillez le corail ainsi que toutes les parties molles et crémeuses. Gardez-les en attente mais jetez les branchies.

3. Dans une poêle, mettez à chauffer 4 cuillerées à soupe d'huile et faites-y rougir, à feu vif, les morceaux de homard en les saisissant de tous côtés, puis retirez-les.

4. Dans une sauteuse ou une cocotte, faites chauffer le reste d'huile ainsi que 40 g de beurre et déposez-y l'oignon haché et les dés de carotte. Lorsque le tout est revenu, ajoutez les échalotes hachées, puis les morceaux de homard, préalablement sautés. Saupoudrez de poivre de Cayenne. Mélangez et arrosez de cognac. Faites flamber. Dès que c'est éteint, ajoutez la chair concassée des tomates, le concentré de tomates, le vin blanc, 1 verre d'eau, le bouquet garni et l'estragon. Salez et poivrez. Portez à ébullition, puis laissez frémir pendant 20 minutes environ.

5. Égouttez les morceaux de homard et disposez-les dans un plat de service que vous garderez au chaud. Reportez le jus de cuisson à feu vif et faites-le réduire d'un tiers environ. Passez-le, puis versez-le dans une petite casserole et remettez-le à chauffer.

6. À l'aide d'une fourchette, malaxez la farine avec le reste de beurre, le corail du homard et les substances de la tête mises de côté. Ajoutez-les à la sauce de la petite casserole, en mélangeant vivement jusqu'à ce que la sauce devienne très onctueuse. Retirez aussitôt et versez sur les morceaux de homard. Servez immédiatement.