

COURS DE CUISINE

Vendredi 26 Juin 2009
Par Grégory Michel



Nage de coquillages Brochette de langoustines

Nage de coquillages crémée aux effluves d'anis étoilé,
petits légumes croquants

Brochette de langoustines panées, trilogie de riz au gingembre et sauce onctueuse et
croquante au Noilly

Nage de coquillages crévés aux effluves d'anis étoilé,

Petits légumes croquants

Préparation des coquillages

(pour 4 personnes)

Ingrédients

- * 50 gr d'huile d olive
- * 300 gr de beurre
- * 100 gr d'échalotes ciselées
- * 20 cl de Bourgogne Aligoté
- * 8 cl de Noilly Prat
- * 250 gr de coques
- * 250 gr de palourdes
- * 250 gr de moules
- * 250 gr de vénus
- * pm navets
- * pm carottes
- * pm radis rouges
- * pm courgettes
- * pm sel
- * pm piment rouge(Espelette)
- * basilic, cerfeuil, coriandre

Faire revenir dans un sautoir avec de l'huile d'olive et du beurre, les échalotes, et ensuite les coquillages.

Laisser étuver 2 à 3 minutes avec le Bourgogne aligoté et le Noilly Prat.

Disposer les coquillages dans une assiette creuse.

Faire bouillir et laisser diminuer de 1/3 la cuisson et ajouter 4 cuillerées à soupe d'herbes fraîches.

Monter la sauce avec 250 grs de beurre et assaisonner, napper les coquillages et décorer avec les navets, carottes, radis rouges et courgettes.

Tailler finement les légumes et les conserver cru dans un bac d'eau froide.

Emulsion d'anis étoilé :

Ingrédients

- * 1/2 lait
- * 4 anis étoilée
- * 1 c à s de graine d'anis
- * 1 x à s de sucre semoule

Faire bouillir le lait et l'anis et laisser infuser environ 10 minutes.

Retirer l'anis étoilé et ajouter 1 cà s de graines d'anis.

Faire tiédir et émulsionner au mixer et dresser la mousse obtenue sur le dessus de l'assiette.

Montage et finition :

Dans une assiette creuse, disposer les coquillages au fond de l'assiette, recouvrir de nage et décorer à l'aide de légumes cru.

Ajouter sur le dessus, la mousse obtenue avec le lait.

Assaisonner de fleur de sel et servir aussitôt.

Brochettes de langoustines panées, trilogie de riz au gingembre et sauce onctueuse et croquante au Noilly

Préparation des brochettes :

Ingrédients

- * 2 kg de langoustines
- * 2 oeufs
- * 300 gr de chapelure
- * pm sel
- * pm piment
- * 10cl d'huile d'arachide

Décortiquer les langoustines, les piquer sur des brochettes en bois et les paner à l'anglaise (huile d'arachide, piment, œuf et chapelure)

Colorer les brochettes deux minutes de chaque côté dans une poêle avec l'huile d'olive et le beurre. Réserver les brochettes
Conserver la poêle pour la réalisation de la sauce.

Préparation de la trilogie de riz au gingembre et sauce onctueuse et croquante au Noilly

Ingrédients

- *260 gr de riz (mêlé, blanc, rouge et noir)
- *50 gr gingembre frais hachés
- * 50 gr d'échalotes ciselées
- *20 grs de beurre
- * 5 cl huile d'arachide
- *pm sel
- * pm piment d'espelette

Faire revenir les échalotes ciselées dans l'huile et le beurre, ajouter le gingembre. Ajouter le mélange de riz et le nacrer.

Ajouter 1 fois et demi le volume du riz en eau(ou bouillon de volaille ou fumet) et cuire le riz à couvert, au four.

Assaisonner.

Préparation de la sauce Noilly

Ingrédients

- * 80 gr de beurre
- * 1 pincée de sel
- * 1 pincée de poivre
- * 20 cl de Noilly Prat
- * 20 cl de crème fraîche liquide

A feu doux, chauffer 50 gr de beurre dans une poêle. Faire revenir les brochettes de langoustines, verser le Noilly et laisser réduire de moitié. Ajouter la crème.

Remuer. Laisser réduire jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Incorporez le reste du beurre par petits morceaux.

Montage et finition

Dans une assiette carrée, réaliser 3 petites quenelles de riz ou servez le dans un bol.
Décorer le fond de l'assiette à l'aide de la sauce Noilly, posez la brochette à moitié sur le riz ou le bol et napper légèrement de sauce.
Ajouter le piment d'Espelette sur la brochette.