

# SALADE À LA LANGOUSTE

Juin 2010 (Actualisé en avril 2017)

## Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 2 queues de langouste surgelées (120-150 g pièce)
- ★ 1 sachet de court-bouillon déshydraté
- ★ 1 cœur de salade croquante (Batavia)
- ★ 6 tomates cerise
- ★ 4 pommes de terre grenailles à chair ferme
- ★ 1 pamplemousse rose (pomelo)
- ★ 8 olives noires dénoyautées
- ★ 100 g de haricots verts fins frais
- ★ 6 œufs de caille
- ★ 2 feuilles de laurier
- ★ 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- ★ Mayonnaise
- ★ 4 cuillères à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Poivre du moulin

Ustensiles : 4 casseroles

Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 15,00 € (soit 7,50 € par personne)



## Recette :

Laisser décongeler à température ambiante les queues de langouste. Dans une grande casserole porter 2 litres d'eau à ébullition, ajouter 2 cuillères à café de gros sel, le laurier, le sachet de court-bouillon, le vinaigre et poivrer largement. Plonger les queues de langouste dans ce court-bouillon et compter 8 minutes de cuisson à la reprise de l'ébullition. Laisser refroidir dans le liquide de cuisson. Égoutter, extraire la chair de la carapace et détailler en médaillons de 1 cm d'épaisseur. Équeuter les haricots, laver les tomates. Porter une casserole d'eau à ébullition avec 1 cuillère à café de gros sel, cuire les haricots verts 15 mn; les rafraîchir et les égoutter. Porter une casserole d'eau à ébullition avec 1 cuillère à café de gros sel, cuire les pommes de terre 18 minutes; les rafraîchir, les peler. Porter une casserole d'eau à ébullition, cuire les œufs de caille 5 minutes; les rafraîchir, les écaler. Peler le pamplemousse à vif. Récupérer les segments en éliminant les séparations transparentes.

Laver la salade et l'essorer, la détailler en lanières. Couper les tomates cerise, les pommes de terre, les œufs en 2. Dans chaque assiette déposer un lit de salade, les médaillons d'une langouste, entourer de la moitié des tomates cerise, des œufs, des pommes de terre, des haricots verts. Éparpiller 4 olives et 4 segments de pamplemousse. Accompagner de mayonnaise et servir très frais.

## Boisson :

Un Mercurey blanc à 12°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.