

Fruits de mer

Homard à la cardinale



1h15 **45 min** **30 min** **0** **482**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour la cuisson du homard

6 **Homard**
2 dl **Vinaigre d'alcool blanc**
1 **Gros sel**

Ingrédients pour la garniture

2 **Carotte(s)**
2 **Poireau**
1 **Beurre**
1 **Huile d'olive**

Ingrédients pour la sauce

2 dl **Vin blanc**
1 dl **Cognac**
50 g **Concentré de tomate**
1 **Maïzena**
4 **Oignon(s)**
4 **Carotte(s)**
4 **Poireau**

Étape 1

Cuisson des homards

- 1 Faire chauffer une casserole d'eau sur feu vif, saler et verser le vinaigre blanc.
- 2 Plonger les homards dans l'eau lorsqu'elle est bouillante.
- 3 Compter 6 minutes de cuisson à partir de l'ébullition.
- 4 Après ce temps, débarrasser les homards dans un plat à l'aide d'une écumoire.
- 5 Laisser reposer 5 minutes afin que les homards refroidissent un peu.
- 6 Couper les élastiques qui entourent les pinces de homard et retailler les antennes à l'aide de ciseaux.
- 7 Séparer délicatement la queue de la tête et casser les pinces.
- 8 Couper les pattes avec des ciseaux puis détacher le dessus de la tête du reste et la vider avec une cuillère.
- 9 Récupérer les oeufs de homard, les petites parties noires. Réserver dans un bol.
- 10 Un homard femelle à la queue plus large et qui reste ouverte après la cuisson. Ses premières pattes sont toutes petites.
- 11 Récupérer un maximum de corail car celui-ci va servir à la

coloration et à la liaison de la sauce.

- 12 Réserver la carcasse du dessous de la tête pour faire la sauce.
- 13 Casser l'articulation de la pince au niveau du coude.
- 14 Pour sortir le bas de la pince avec le cartilage, casser de bas en haut puis tirer.
- 15 Avec des ciseaux, entailler le dessous de la queue pour n'enlever que cette partie et garder la chair dans la carcasse.
- 16 Replacer la queue dans la tête précédemment vidée et réservée.
- 17 Casser les pinces de homard avec un rouleau à pâtisserie pour en extraire la chair. Ôter le cartilage qui est à l'intérieur.
- 18 Casser également les coudes et récupérer la chair avec un économe.
- 19 A l'aide du rouleau à pâtisserie, rouler sur les petites pattes du homard pour extraire la chair. Réserver les pinces avec la carcasse.
- 20 Remettre toute la chair récupérée dans le homard en dressant harmonieusement les pinces. Réserver dans une casserole.

50 g **Beurre**

1 **Eau**

4 pincée(s) **Sel**

4 pincée(s) **Sucre
semoule**

1 **Poivre**

Étape 2

Préparation de la sauce

- 1 A l'aide d'un économe, éplucher les carottes. Couper les extrémités, les rincer et réserver.
- 2 Fendre le vert du poireau en croix et le nettoyer dans un saladier d'eau.
- 3 Couper le poireau et la carotte en dés d'environ 5mm de côté avec un couteau éminceur. Réserver.
- 4 Faire chauffer une cocotte avec de l'huile d'olive et du beurre.
- 5 Lorsque la cocotte est chaude, ajouter les légumes. Saler.
- 6 Faire suer les morceaux de carotte et de poireau. Remuer avec une cuillère en bois.
- 7 Lorsque les légumes commencent à être souples, ajouter les pattes et la carcasse du homard.
- 8 Ecraser les carcasses à l'aide d'un pilon directement dans la cocotte.
- 9 Verser le cognac et flamber la préparation.
- 10 Gratter le fond de la cocotte pour décoller les sucs de cuisson et ajouter le concentré de tomate.
- 11 Verser le vin blanc et mélanger. Laisser le vin blanc s'évaporer pendant 2 à 3 minutes.
- 12 Verser de l'eau à hauteur, baisser sur feu moyen et laisser cuire 20 minutes.

Étape 3

Finition de la sauce

Eplucher les oignons avec un couteau d'office et

- 1 réserver.
- 2 Eplucher les carottes avec un économiseur et couper les extrémités.
- 3 Couper les bases des poireaux à moitié dans la longueur et les nettoyer dans l'eau avec les carottes.
- 4 Avec un couteau éminceur, tailler les légumes en brunoise. Réserver dans un saladier.
- 5 Une fois le temps de cuisson de la sauce écoulé, filtrer la sauce dans un chinois placé au dessus d'une casserole.
- 6 Avec une louche, verser la sauce dans le chinois et presser les carcasses pour récupérer tout le jus.
- 7 Fouetter le corail pour obtenir un liquide et l'ajouter à la sauce.
- 8 Diluer un peu de maïzena avec de l'eau dans un bol et ajouter à la sauce pour l'épaissir.
- 9 Ajuster la quantité petit à petit pour obtenir une sauce velouté. Laisser cuire 1 minute sur feu vif.
- 10 Saler et poivrer en fin de cuisson. Ôter du feu et réserver.
- 11 Faire chauffer une poêle avec du beurre et ajouter les légumes en brunoise.
- 12 Ajouter du sel, du sucre, l'eau et mélanger avec une cuillère en bois. Laisser cuire 2 à 3 minutes.
- 13 Vérifier la cuisson et l'assaisonnement des légumes puis les ajouter à la sauce. Mélanger.
- 14 Prendre la casserole contenant les homards et verser la sauce dessus.
- 15 Mettre sur feu doux et laisser chauffer 3 à 4 minutes avant de passer au dressage.

Étape 4

Dressage

- 1 A l'aide d'une cuillère, disposer le homard dans une assiette creuse et napper de sauce. Servir.