



Entrées chaudes aux produits de la mer

Queue de langouste thermidor



40 min **20 min** **20 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISONN

0

REPOS

480

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les queues de langouste thermidor

4 unité(s) entière(s)
Queue(s) de langouste
0.5 botte(s) **Cerfeuil**
10 feuille(s) **Estragon**
100 g **Echalote(s)**
30 cl **Vin blanc**
1.5 cl **Cognac**
30 g **Beurre**
30 g **Farine**
40 cl **Lait demi-écrémé**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 pincée(s) **Sel**
2 pincée(s) **Poivre**

Étape 1

Préparation de la sauce

- 1 Laver le cerfeuil et l'estragon sous un filet d'eau froide puis les sécher à l'aide de papier absorbant.
- 2 Les effeuiller puis les hacher très finement à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Éplucher les échalotes à l'aide d'un couteau d'office et les émincer finement.
- 4 Mettre les échalotes dans une casserole, ajouter le vin blanc, porter sur feu moyen et laisser réduire jusqu'à ce qu'il ne reste plus que l'équivalent d'une cuillère à soupe de liquide au fond de la casserole.
- 5 Faire fondre le beurre dans une casserole puis ajouter la farine en une seule fois en mélangeant énergiquement à l'aide d'une cuillère en bois.
- 6 Incorporer le lait par petites portions.
- 7 Ajouter le sel et le poivre.
- 8 Ajouter ensuite les herbes hachées puis les échalotes au vin blanc.
- 9 Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Étape 2

Cuisson des queues de langouste thermidor

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Découper les queues de langouste en deux dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, puis ajouter les queues de langouste côté chair en dessous.
- 4 Cuire sur feu assez vif pendant 2 minutes le temps de marquer la chair.
- 5 Retourner les queues côté carapace.
- 6 Ajouter le Cognac puis faire flamber.
- 7 Attention, s'assurer que la hotte est éteinte pendant le flambage.
- 8 Couvrir et poursuivre la cuisson sur feu moyen pendant 5 minutes.
- 9 Disposer ensuite les demi queues de langouste dans un plat allant au four.
- 10 Les napper de sauce à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 11 Enfournier 10 cm sous le grill et cuire pendant 5 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir les queues de langouste du four et les répartir sur des assiettes.
- 2 Servir sans attendre.