



*Entrées chaudes aux produits de la mer*  
**Langouste belle aurore**



**1h15**   **30 min**   **45 min**   **0**   **744**

TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON   REPOS   CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la  
langouste belle aurore**

600 g **Queue(s) de langouste**  
250 g **Crème fraîche épaisse**  
2 **Carotte(s)**  
2 **Echalote(s)**  
5 cl **Cognac**  
10 g **Beurre**  
0.5 c. à café **Piment d'Espelette**  
10 unité(s) entière(s) **Safran en filaments**  
4 pincée(s) **Sel**

**Ingrédients pour les vols  
au vent**

500 g **Pâte(s) feuilletée(s)**  
1 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**  
1 c. à soupe **Eau**

**Ingrédient pour le  
dressage**

**Étape 1**

Cuisson des queues de langouste

- 1 Éplucher les échalotes et les émincer finement à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Éplucher les carottes à l'aide d'un économe, les détailler en petits cubes à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Faire fondre le beurre dans une sauteuse, ajouter les échalotes et les carottes. Les faire revenir sur feu moyen pendant 3 minutes en mélangeant souvent à l'aide d'une cuillère en bois.
- 4 Faire chauffer le cognac dans une petite casserole.
- 5 Placer les queues de langouste dans la sauteuse.
- 6 Hors du feu, verser le cognac dans la sauteuse et faire flamber.
- 7 Attention, la hotte aspirante doit être éteinte pendant cette opération.
- 8 Mouiller à mi-hauteur avec de l'eau, saler, ajouter le piment d'Espelette et le safran.
- 9 Couvrir et laisser mijoter à frémissements pendant 20 minutes.

**Étape 2**

## Préparation des vols au vent

10 tige(s) **Ciboulette**

- 1 Préchauffer le four à 180°C (th.6).
- 2 Étaler la pâte feuilletée sur un plan de travail fariné à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- 3 Détailler 3 disques de pâte par convive à l'aide d'un emporte pièce cannelé de 10 cm de diamètre.
- 4 Évider les 2/3 des disques à l'aide d'un emporte pièce lisse de 8 cm de diamètre.
- 5 Les chutes peuvent être utilisées pour préparer, par exemple, de fines tartelettes.
- 6 Déposer les disques pleins sur une plaque à pâtisserie tapissée d'une feuille de papier sulfurisé, les piquer à l'aide d'une fourchette.
- 7 Préparer une dorure. A l'aide d'une fourchette, battre le jaune d'œuf et l'eau dans un bol.
- 8 Badigeonner le pourtour des disques de dorure à l'aide d'un pinceau.
- 9 Déposer délicatement un disque évidé sur chaque cercle de pâte en veillant à faire coïncider les cannelures.
- 10 Badigeonner de dorure et procéder de même avec les disques évidés restants de façon à obtenir une superposition de trois épaisseurs de pâte feuilletée.
- 11 Déposer de petits bols d'environ 4 cm de hauteur entre les vols au vent puis déposer une seconde plaque à pâtisserie sur les bols.
- 12 Ce dispositif permet de guider la pâte feuilletée quand elle gonfle et permet ainsi d'obtenir des vols au vent plus réguliers.
- 13 Enfourner pendant 10 minutes.

### Étape 3

#### Préparation de la sauce

- 1 Sortir les queues de langouste de la sauteuse à l'aide d'une écumoire, les réserver sur une assiette.
- 2 Faire réduire le jus de cuisson de moitié sur feu moyen.
- 3 Attention, une réduction trop vive pourrait brûler les sucs sur les pourtours de la sauteuse.
- 4 Filtrer le jus réduit à travers un chinois étamine pour éliminer les carottes et les échalotes.
- 5 Verser le jus dans la sauteuse puis ajouter la crème fraîche. Mélanger et porter à ébullition.
- 6 Goûter et rectifier l'assaisonnement en sel si nécessaire.

### Étape 4

#### Préparation des médaillons de langouste

- 1 Décortiquer les langoustes, la queue se détache facilement de la carapace lorsque l'on tire dessus.
- 2 Détailler les queues de langouste en médaillons à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Maintenir les médaillons au chaud dans la sauce sur feu très doux.

## Étape 5

### Dressage

- 1 Laver et sécher la ciboulette à l'aide de quelques feuilles de papier absorbant puis l'émincer finement à l'aide de ciseaux.
- 2 Déposer les vols au vents au centre des assiettes.
- 3 Répartir les médaillons de langouste en rosace dans les vols au vent puis les napper de sauce.
- 4 Saupoudrer de ciboulette et servir sans attendre.