

La Recette de Alain Paton

Salade de langoustines à l'avocat et aux fruits de la passion

Nous sommes en pleine saison de la langoustine, Il est donc normal de la mettre en valeur durant l'été. C'est mon ami Bernard NOEL du restaurant la Tour de MONTLHERY sis au 5 rue des Prouvaires à PARIS qui nous autorise à communiquer sa recette.



Ingrédients pour 4 personnes :

- 24 grosses langoustines
- 2 gros avocats
- 3 fruits de la passion
- 4 petites tomates
- Une quinzaine de pointes d'asperges
- Une poignée de salade roquette
- 1 oignon blanc
- 1 citron
- De l'huile d'olive
- Un peu de piment d'Espelette
- Sel et poivre

Préparation :

Cuire les Langoustines dans de l'eau froide avec du sel du poivre et un peu de piment d'Espelette. Au premier bouillon couper le feu et sortir les langoustines au bout d'une bonne minute.

Décortiquer les queues des langoustines.

Vous pouvez aussi décortiquer les langoustines à cru, puis faire revenir les queues dans de l'huile d'olive durant une minute.

Cuire les asperges à l'eau bouillante salée entre 10 à 15 minutes selon la grosseur. Passer sous l'eau froide pour stopper la cuisson.

Couper les avocats en petits dés et les arroser avec un jus de citron pour éviter qu'ils noircissent.

Eplucher et couper l'oignon en fines lamelles.

Emonder, épépiner, et éplucher les tomates préalablement précuites dans de l'eau bouillante.

Ajouter les pointes d'asperges et la salade roquette.

Couper en deux, les fruits de la passion et passer la chair au tamis fin. Ajouter de l'huile d'olive, saler, poivrer, et ajouter une pincée de piment d'espelette.

Présentation de vos assiettes :

Sur un lit de roquette déposer les dés d'avocats, les queues de langoustines, les tomates concassées, quelques rondelles d'oignon, et les pointes d'asperges.

Arroser avec votre sauce au moment de servir.

Bon appétit.