



Entrées

Homard en sauce au miso et kailan

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 homard (de 750g)
paquet pâte de miso
250 grammes de beurre fin (bon)
1 citron vert
2 décilitres de crème
6 décilitres de vin de riz (à remplacer éventuellement par du vin blanc)
150 grammes de kailan (brocoli asiatique)
4 brocoli (bouquets)
2 échalotes
1 carotte
1 branche de céleri
3 brins thym citronné
2 citronnelle (tiges)
2 feuilles de laurier
2 anis étoilés
1 cuillère à soupe de purée de tomate
2 gousses d'ail
5 centimètres de gingembre
huile de coco

Pour la pâte tempura

1 jaune d'oeuf
225 grammes d'eau froide
80 grammes de farine
20 grammes d'amidon de maïs

Méthode de préparation

Découpez le homard cru (ou demandez-le au poissonnier). Retirez les pinces et séparez les têtes de la queue. Conservez les têtes pour la sauce.

uisez bien les queues à la vapeur en 5 minutes, les pinces en 8 minutes. Déposez-les ensuite immédiatement dans de l'eau glacée. Si vous n'avez pas de cuiseur vapeur, vous pouvez aussi cuire le homard dans de l'eau

salée. Retirez la chair de la queue et des pinces. Pour cela utilisez une pince à homard.

Coupez tous les légumes en petits morceaux. Cuisez les têtes de homard dans une casserole chaude. Ajoutez les légumes, l'ail pressé, l'anis étoilé, le thym citronné, le laurier et le gingembre râpé. Faites cuire 5 minutes et ajoutez la purée de tomates. Mélangez le tout. Déglacez avec le vin. Versez de l'eau pour que tout soit recouvert. Portez à ébullition puis faites mijoter 1 heure. Filtrez avec une fine passoire, remettez sur le feu et faites réduire de moitié. Ajoutez la crème et faites encore réduire. Incorporez le beurre, la pâte au miso et le jus de citron vert. Faites encore réduire jusqu'à la consistance souhaitée. Mixez brièvement avec un mixeur à main. Goûtez puis salez et poivrez éventuellement.

Pour la pâte de tempura mélangez l'eau avec le jaune d'oeuf et un peu de sel. Ajoutez petit à petit la farine tamisée et la fécule de maïs. Mélangez bien. Retirez ici les pinces du homard et passez-les à la friteuse à 170°C.

Étuvez le kailan et les bouquets de brocoli dans un peu de beurre et d'huile de coco. Si vous n'avez pas de kailan, vous pouvez aussi utiliser de l'épinard ou du chou chinois.

Cuisez les queues de homard dans l'huile de coco puis salez et poivrez. Partagez le kailan, les pinces croquantes et les queues cuites sur les assiettes et servez la sauce en accompagnement.

Conseil: Vous ne trouvez pas de kailan ? Alors vous pouvez aussi remplacer ce brocoli asiatique par de l'épinard.

