



Soupes

Potage de homard au fenouil, garni de vert de fenouil, estragon et citron

Pour 4 personnes.

Ingrédients

Voor de kreeftensoep

2 homard
huile d'olive
1 oignon
2 gousses d'ail
1 fenouil
1 carotte
1 poireau
2 feuilles de laurier
1 branche de thym
1 litre de bouillon de poisson
250 millilitres de vin blanc sec
poivre
sel
1 fenouil (Gebruik het groene loof bij voor de afwerking.)
feuilles d'estragon

Voor de citroenhangop

200 millilitres de yaourt grec (uitgelekt)
rondelle de citron (geraspt, van 1 citroen)
jus de citron (van 1 citroen)
poivre
sel

Méthode de préparation

Faites décongeler les homards. Retirez les pinces du corps et cassez-les avec une pince à homard. Retirez la viande de la queue et réservez-la pour la finition. Placez le yoghourt à la grecque dans un essuie et laissez-le égoutter dans une passoire.

Coupez l'oignon, l'ail, un fenouil, la carotte et le poireau en gros morceaux.

Chauffez de l'huile d'olive à feu moyen dans une grande casserole à soupe. Ajoutez l'oignon, l'ail, le fenouil, la carotte et le poireau. Cuisez environ 5 minutes, ou jusqu'à ce que les légumes commencent à être mous. Ajoutez les pinces et les têtes des homards aux légumes dans la casserole. Mélangez bien et cuisez durant 5 minutes. Ajoutez les feuilles de laurier et le thym, suivis du vin blanc. Portez à ébullition jusqu'à ce que le vin soit presque évaporé. Ajoutez le bouillon de poisson et portez le mélange de nouveau à ébullition. Faites mijoter doucement durant 20 à 30 minutes pour que les saveurs puissent se développer.

Retirez de la soupe les pinces de homard, les têtes, les feuilles de laurier et le thym et jetez-les. Utilisez un mixer plongeur ou un blender pour obtenir une soupe lisse. Reversez la soupe dans la casserole et chauffez à feu doux. Salez et poivrez.

Faites le Hang op de citron. Mélangez le yoghourt à la grecque égoutté avec le jus de citron et le zeste de citron dans un plat séparé. Salez et poivrez.

Coupez les tiges vertes de l'autre fenouil et réservez le feuillage pour la finition. Râpez très finement la partie blanche à l'aide d'une mandoline.

Servez la soupe de homard dans des bols. Terminez avec la chair de homard et les pinces, le fenouil et les feuilles de fenouil finement hachées, quelques touffes de crème de citron et éventuellement des feuilles d'estragon.

