

Langoustines à la nigelle, purée de carottes à l'orange et compotée d'endives au sirop d'érable

Les ingrédients pour 2 personnes :

10 langoustines
1 carotte pour les chips
200 g de purée de carottes surgelée
2 oranges pour la purée + 1 pour la sauce
2 belles endives ou 3 suivant la taille
8 feuilles d'endive pour la déco
2 c à s de sirop d'érable
1 c à c de nigelle
1 peu de jus de citron
2 brins de ciboulette
Beurre
1 bain d'huile
Sel et poivre

La compotée d'endives :

Nettoyer les endives, retirer la base dure et les couper en rondelles de 4-5 mm d'épaisseur. Dans une poêle faire fondre un peu de beurre et mettre les endives à cuire en remuant de temps en temps. Saler et poivrer et quand elles commencent à être cuites ajouter le sirop d'érable et faire caraméliser.

La purée de carotte à l'orange :

J'ai pris de la purée de carotte nature surgelée en galets par commodité mais rien ne vous empêche de cuire les carottes et de les réduire en purée.

Faire fondre dans une casserole les galets de carottes, quand ils sont fondus ajouter le jus de 2 oranges, mélanger, saler et poivrer et laisser épaissir un peu.

Faire griller à sec les graines de nigelle dans une poêle antiadhésive pour en libérer les arômes.

Avec une mandoline faire des tranches des très fines de 1 mm d'épaisseur et dans la longueur de la carotte. Les faire frire dans un bain d'huile à 180° 2-3 mn pour faire des chips. Les déguster sur du papier absorbant et les saler et poivrer.

Décortiquer les langoustines crues, retirer le boyau noir et faire fondre un peu de beurre dans une poêle pour saisir 1 à 2 mn les langoustines. Ajouter un trait de jus de citron, saler et poivrer. Couper l'extrémité de 8 feuilles d'endive.

Pour le beurre d'orange : dans une casserole mettre le jus d'une orange et le faire réduire d'une bonne moitié puis ajouter en fouettant 2 noix de beurre.

Il reste à dresser les assiettes :

Prendre un cercle de 8 cm de diamètre et répartir la compotée d'endives puis recouvrir avec la purée de carottes.

Mettre les feuilles d'endives autour et sur chacune une langoustine.

Poser la 5 ième langoustine sur le purée de carotte. Retirer le cercle et décorer avec des chips de carottes et 1 brin de ciboulette. Pour finir mettre un peu de beurre d'orange sur l'assiette et saupoudrer de nigelle.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>