

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Carpaccio de langouste



ETE PALEO POISSON

Imprimer

Commenter

Préparation: **20 min**

Ingrédients

Pour 2 personnes

- 1 queue de langouste crue décongelée (350gr environ)
- 1 carotte jaune fine
- 1 carotte blanche fine
- 1 carotte orange fine
- 3 cébettes jeunes
- 3 mini navets
- 3 petits radis
- la moitié d'une orange

- la moitié d'un combava
- Huile d'olive douce
- Fleur de sel

1. Sortez la langouste du frais 1 heure avant de commencer la recette. Faites chauffer le Vitaliseur avec 1/3 d'eau.
2. Dès que l'eau bout, déposez la langouste dans le panier du Vitaliseur et cuisez-la 10 minutes (sa couleur va virer au rouge, elle est cuite ; si elle reste un peu grise, prolongez la cuisson de quelques minutes).
3. Pendant ce temps, lavez et parez les légumes, puis, découpez-les très finement en rondelles, presque transparentes (sauf pour la cébette 4mm environ).
4. Sortez la langouste du panier et laissez-la refroidir sur une assiette. Cuisez les légumes dans le Vitaliseur pendant 1 à 3 minutes suivant que vous les aurez coupés plus ou moins finement.
5. Dès que les légumes sont cuits, débarrassez-les sur une assiette, salez légèrement et versez un filet d'huile d'olive. Zestez la demi-orange et le combava avec une râpe à zeste. Réservez.
6. Levez les suprêmes de l'orange, conservez le jus qui s'écoule et taillez ces suprêmes en morceaux d'un centimètre environ. Ajoutez le jus d'orange réservé aux légumes.
7. Retirez la carapace de la langouste en la gardant entière, puis taillez-la en rondelles d'un demi-centimètre.
8. Dressez les deux assiettes en répartissant les rondelles de langouste en rosace. Au centre de cette rosace, déposez une ou deux cuillerées de légumes, parsemez d'éclats d'orange et d'un joli filet d'huile d'olive douce, puis des zestes d'agrumes. Servez en proposant les légumes restants, et de la fleur de sel.

Cette entrée est inspirée de l'oeuvre de Sylvain Gallard, un jeune chef qui travaille sur la presqu'île de Saint Tropez. J'ai simplifié cette entrée, mais je crois avoir conservé l'essentiel des saveurs de ce met luxueux qui se prête parfaitement à un repas de Saint-Valentin.

Vous allez aussi aimer ...

[Soufflés au chocolat](#)

[Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes](#)

[Wok d'asperges au gingembre](#)

[Victoria sponge cake aux fraises](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)