

Salade de Homard Bleu, pomelos, estragon et avocats

Recette pour 4 personnes

4 homards bleus de 500 à 600 g
4 avocats
2 pomelos
Le jus d'une orange
32 feuilles d'estragon
200 g de jeunes pousses de salades mélangées
Huile d'arachide, huile d'olive, vinaigre de vin vieux, sel, poivre

Cuire à ébullition les homards dans un court bouillon durant 5 min. En fin de cuisson, les sortir et les laisser refroidir.

Peler à vif les pomelos, en extraire les suprêmes et récupérer le jus. Réserver.

Confectionner le tartare d'avocat :

Eplucher et dénoyauter les avocats, les couper en cubes réguliers, les assaisonner de sel, poivre et huile d'olive. Réserver.

Confectionner la vinaigrette d'agrumes :

Mélanger le jus d'orange et le jus de pomelos, faire réduire de moitié et émulsionner à l'huile d'arachide.

Rectifier l'assaisonnement.

Décortiquer les homards et couper la queue en 4 tronçons égaux.

Dressage pour 1 assiette:

Disposer dans l'assiette en intercalant le pomelos et le tartare d'avocat. Surmonter chaque élément d'une feuille d'estragon.

Assaisonner les homards avec l'huile d'olive et le vinaigre de vin vieux.

Les disposer dans l'assiette en reconstituant la forme du homard.

Mettre la vinaigrette d'agrumes avec les salpicons de homard.

Dresser la salade.