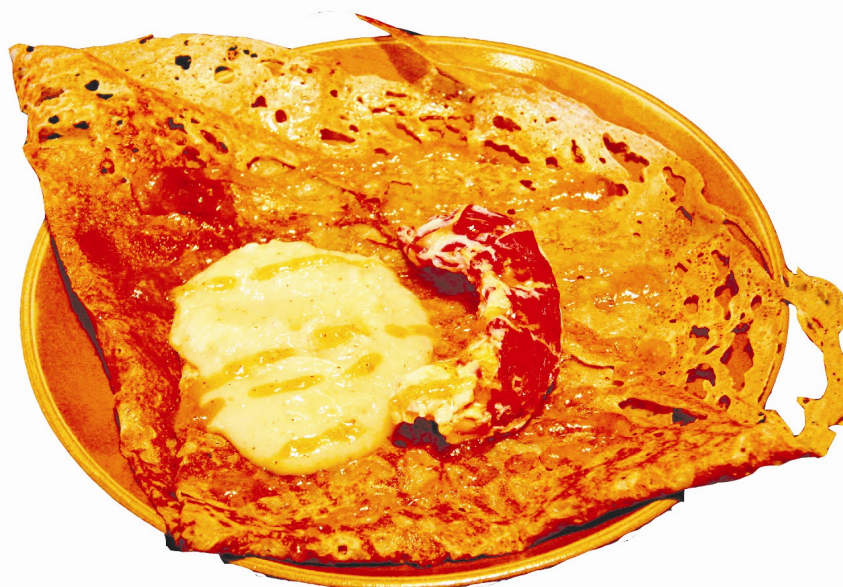




LE HOMARD EN CREPERIE

INNOVER POUR LA CHANDELEUR



Retrouvez au dos, une fiche recette ainsi que le coup portion.

DEMI QUEUE DE HOMARD, PUREE DE TOPINAMBOUR ET SON COULIS DE POIRE AUX 4 EPICES

La purée : (environ 12 portions)

Temps de préparation : 10 minutes. Cuisson : 20 minutes.

Ingrédients : 1kg de Topinambour (1.95 euros le kg), Lait, sel, poivre et muscade

Laver et peler les topinambours. Les rincer à l'eau froide. Porter à ébullition recouvert d'eau froide salée. Laisser cuire à petits bouillons, puis égoutter.

Passer les topinambours au mixeur, assaisonner avec la muscade, le sel et le poivre. Rectifier la texture de la purée avec le lait.

Le coulis de poire : (environ 25cl)

Temps de préparation : 15 minutes. Cuisson : 25 minutes.

Ingrédients : 2 poires Conférence, environ 500grs (2.75 euros le kg), 150grs de sucre et 1/2 cuillère à café de 4 épices.

Laver et éplucher les poires. Les évider et les couper en petits dés. Mouiller le sucre et le faire cuire jusqu'à obtention d'un sirop. Y incorporer les poires et laisser cuire à feu doux en remuant afin d'éviter la caramélisation. Couper la cuisson, ajouter le 4 épices. Laisser refroidir et mettre en burette.

La queue de homard : (environ 75grs pour deux crêpes)

Cuisson : 7 minutes

Ingrédients : 1 queue de homard (environ 8.60 euros la pièce)

Plonger la queue de homard surgelée sous vide dans l'eau frémissante. Sortir le homard de son emballage, couper en deux dans la longueur.

Service :

Sur la crêpe de blé noir mettre la portion de purée de topinambour, poser la demie queue de homard à côté et ajouter un filet de coulis de poire.

Coût portion : environ 5 euros.

La purée et le coulis = environ 75 centimes d'euros

La demie queue de homard = environ 4.30 euros

La crêpe.

Remerciements à La Crêperie St Maurice à Clohars Carnoët pour la photographie et la recette.