

Entrées froides aux produits de la mer

Salade de homard



40 min 40 min

TEMPS TOTAL

0

CUISSON

0

REPOS

448

CALORIES

Étape 1

Préparation du homard

- 1 Avec une paire de ciseaux, retirer les antennes du homard, les réserver pour le dressage.
- 2 Retirer les élastiques à l'aide d'une paire de ciseaux et casser les pinces du homard.
- 3 Séparer le corps de la tête.
- 4 On peut éventuellement conserver la tête ou les pattes pour la décoration.
- 5 Avec une paire de ciseaux, pratiquer 2 incisions le long de la carapace de part et d'autre de l'abdomen sur la longueur.
- 6 Ouvrir le homard puis décoller la chair avec la main et l'extraire de la carapace.
- 7 Nettoyer le jus avec du papier absorbant. Retirer les impuretés présentes sur la peau et détacher le corail.
- 8 Séparer les pinces des coudes.
- 9 Retirer ensuite le cartilage de la chair de la pince en une seule fois en effectuant un mouvement de gauche à droite sur le petit bout de la pince et en tirant dessus.
- 10 Avec les ciseaux, ouvrir les pinces en découpant au centre puis sur les jointures afin de sortir la chair.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédient pour le homard

2 **Homard**
4 trait **Huile d'olive**
0.5 **Citron(s)**
1 **Fleur de sel**

Ingrédients pour la guacamole

3 **Avocat**
0.5 **Citron(s)**
45 ml **Vinaigre balsamique**
1 **Echalote(s)**
1 botte(s) **Ciboulette**
2 pincée(s) **Piment d'Espelette**
1 **Sel**
1 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédient pour le dressage

40 g **Mesclun**
2 c. à soupe **Vinaigre**

- 11 Couper les coudes en deux en utilisant un couteau à grande lame pour fendre et ouvrir la carapace.
- 12 Parer la grosse pince et la queue avec un couteau d'office.
- 13 Éviter de laver la chair à l'eau pour ne pas altérer son goût.
- 14 Emincer la queue du homard en biseau.
- 15 Débarrasser le homard sur une assiette.

balsamique
4 trait **Huile d'olive**
4 pincée(s) **Piment d'Espelette**

Étape 2

Préparation du guacamole

- 1 Couper la tête de l'avocat. L'ouvrir et dénoyauter l'avocat avec un couteau d'office. Retirer la peau en utilisant une cuillère à soupe pour récupérer la chair en un morceau.
- 2 Tailler la chair d'avocat en trois parties dans l'épaisseur avec un couteau éminceur.
- 3 Tailler des cubes d'environ 1 centimètre en coupant dans la longueur puis dans la largeur.
- 4 Les cubes ne doivent pas être trop petits pour donner de la consistance au mélange.
- 5 Réserver les dés obtenus dans un saladier.
- 6 Citronner les dés pour éviter qu'ils ne noircissent.
- 7 Ajouter du vinaigre balsamique blanc. Compter 3 cuillères à café par avocat.
- 8 Eplucher l'échalote avec un couteau d'office, la ciseler avec un couteau éminceur.
- 9 Réserver les parures pour un autre plat.
- 10 Ajouter l'échalote ciselée aux cubes d'avocats.
- 11 Réserver quelques pointes de ciboulette qui serviront à la décoration du plat.
- 12 Retirer la base de la botte de ciboulette, moins digeste. Puis la ciseler finement avec un couteau éminceur, l'ajouter au saladier.
- 13 Deux cuillères à soupe de ciboulette pour une pièce d'avocat suffisent pour ne pas risquer de masquer le goût de l'avocat.
- 14 Assaisonner de sel, de piment d'Espelette et d'huile d'olive.
- 15 Mélanger et rectifier l'assaisonnement selon le goût souhaité.

Étape 3

Dressage

- 1 Assaisonner le homard avec de l'huile d'olive, du jus de citron et de la fleur de sel.
- 2 Bien suivre cet ordre pour préserver tous les arômes.
- 3 Disposer le guacamole dans l'emporte pièce. Le remplir au 3/4, bien tasser avec le dos d'une cuillère.
- 4 Dresser le homard en corolle au dessus du guacamole, planter la pince.
- 5 Poser l'antenne de homard ainsi que quelques pattes et

les brins de ciboulette.

- 6 Déposer le mesclun sur le homard.
- 7 Assaisonner d'un filet de vieux vinaigre balsamique.
- 8 Ajouter un trait d'huile d'olive et retirer délicatement l'emporte-pièce.
- 9 Saupoudrer un peu de piment d'Espelette.