

# COTEAU DE VERNON & LES ÉCREVISSSES À LA PLANCHA

## UNE RECETTE D'ANNE-SOPHIE PIC

### LES INGRÉDIENTS (4PERSONNES)

#### Les langoustines et son beurre :

10 langoustines vivantes 10/15  
20 g de miel épicé  
20 g de sirop de miel épicé  
200 g de beurre

#### Le miel épicé pour la sauce :

100g de miel de Bruyère  
1g de feuille d'angélique séchée  
1g de baie de Kororima en poudre  
pm zeste de Yuzu sur-maturé frais

#### Le miel épicé pour la préparation :

100g de miel d'acacia  
1g de feuille d'angélique séchée  
1g de baie de Kororima en poudre  
0.5g de zeste de Yuzu

#### L'huile de persil :

6 bottes de persil frisé  
100 ml d'huile de pépins de raisin  
100 ml d'huile d'olive

#### La pâte de Yuzu fermenté :

7 pièces de Yuzu  
3 pièces de citron  
Gros sel  
30 g de sel fin  
160g de sucre  
600ml d'eau  
jus de citron

#### Le dashi de Langoustines :

500g de carcasse de langoustines rôties  
1L de bouillon dashi  
60g de dashi langoustine  
10g de miel aux épices  
zeste de Yuzu  
Feuilles de Yuzu

#### La garniture et finition :

1 botte d'oignon cébette  
30 mini poireaux  
½ pièces de chou rave  
1/3 de botte de persil plat  
10g de miel épicé  
Dés de Yuzu  
Fleur de pulmonaire ( ou tagette)  
1 yakon (poire de terre)  
vinaigre de xérès  
raifort

### LA RECETTE

#### Les langoustines et leur beurre

Préparez les langoustines puis réservez au frais en prenant soin de garder les têtes. Concassez les têtes de langoustines et faites-les fortement revenir avec un filet d'huile d'olive, une fois toute l'eau évaporée, ajoutez le beurre et faites colorer lentement et uniformément les carcasses. Débarrassez par la suite, récupérez le beurre d'un côté et les carcasses bien égouttées de l'autre.

Conservez les langoustines décortiquées et châtrees dans le miel épicé à l'abri de l'air. Il faut à minima 8h de marinade.

#### Le miel épicé

Réduisez en poudre les baies de Kororima (préalablement écosées) et les feuilles d'angélique, pesez ensuite et mélangez l'ensemble des ingrédients excepté l'eau minérale.

Récupérez 20g de ce miel et détendez-le avec l'eau minérale. Réservez ce sirop séparément.

#### L'huile de persil

Faites blanchir les feuilles de 5 bottes de persil plat dans une eau bouillante puis refroidissez rapidement dans la glace pour bien fixer la couleur. Égouttez puis pressez fortement.

Mélangez les feuilles de persil fraîche de la dernière botte avec et mixez fortement dans un blinder. Filtrez-la à travers un linge étamine puis réservez au frais et à l'abri de la lumière.

#### La pâte de Yuzu

Recouvrez les citrons et les Yuzu préalablement piqués avec du gros sel et laissez-les mariner 12H durant.

Rincez-les, réalisez un sirop avec le reste des ingrédients et faites-les cuire à 85°C durant 12 heures. À terme, égouttez et retirez uniquement les pépins. Mixez par la suite en rééquilibrant avec du jus de citron et du sirop de cuisson. Filtrez et réservez.

#### Le dashi Langoustines

Faites cuire le dashi sur une plaque de cuisson avec les carcasses durant deux heures à frémissement dans un faitout couvercle fermé.

Filtrez par la suite, réservez au froid et dégraissez une fois le beurre figé. Au moment, mélangez le miel et le dashi langoustine, faites infuser une feuille de Yuzu et râpez au besoin un peu de Yuzu

#### La garniture

Taillez une très fine julienne de chou rave, réservez dans la glace. Détaillez des pétales d'oignons cébette, blanchissez les poireaux crayons dans une chauffante salée. Détaillez une brunoise d'écorces de Yuzu fermenté, et réservez. Ciselez le persil plat finement, réservez également.

Faites chauffer une cuillère de miel épicé, ajoutez une tranche de raifort, le yakon taillé en grosse brunoise, un peu de sel et déglacez avec le Xeres. Réservez.

FINITION ET DRESSAGE : PAGE SUIVANTE

## FINITION ET DRESSAGE :

Faites chauffer le dashi avec le miel, prenez soin de ne pas le faire bouillir.

Faites suer au beurre les pétales d'oignons, ajoutez un peu de miel à mi-cuisson, puis les poireaux. Ajoutez un peu de bouillon de légumes au besoin. Juste avant de débarrasser, ajoutez la julienne de rave, les cubes de Yuzu, débarrassez et ajoutez le persil ciselé hors du feu.

Faites colorer les langoustines avec le beurre sur un feu vif, une fois marquées, déglacez-les avec le sirop de miel, prenez soin d'attacher le caramel sur les langoustines afin de bien les enrober.

Disposez harmonieusement la garniture au fond d'une assiette, ajoutez des points de confit Yuzu, d'huile de persil et quelques fleurs de pulmonaire.

Disposez les langoustines par-dessus.

Servez le dashi en théière à côté.