



LANGOUSTINES ET ZAALOUK D'ARTICHAUTS



Pour 6 personnes:

24 ou 30 langoustines

2 pincées de gingembre en poudre

Le zaalouk:

3 artichauts et 2 carottes taillés en brunoise

2 gousses d'ail non épluchées

2 oignons nouveaux émincés

2 échalotes émincées

1 verre de vin blanc

Thym et laurier

1 citron

3 tomates pelées et épépinées coupées en dés

Un gros bouquet de coriandre ciselée

½ citron confit taillé en petits dés

4 càs de fond de crustacés réduit

2 càs de sauce tomate

Sel, poivre et huile d'olive

Décortiquer les langoustines et faire un fumet avec les têtes selon la méthode habituelle. Filtrer et réserver. Faire réduire et ajouter 4 càs de sauce tomate. Réserver.

Au fur et à mesure que les langoustines sont décortiquées, les ranger dans un plat, filmer et réserver au réfrigérateur.

Le zaalouk;

Tourner les artichauts pour ne garder que le fond débarrassé du foin. Les plonger dans un saladier d'eau citronnée. Laver et éplucher la carotte. Tailler ces 2 légumes en brunoise.

Dans une sauteuse, faire revenir, dans un peu d'huile d'olive et sans qu'ils prennent couleur, les oignons, les échalotes et les gousses d'ail. Lorsqu'ils sont fondants ajouter le thym, le laurier puis, mouiller avec le vin blanc avant d'ajouter la brunoise de carottes et d'artichaut. Mettre de l'eau à hauteur, saler et laisser cuire doucement jusqu'à ce que tout soit bien tendre et qu'il ne reste qu'une ou deux cuillérées de jus un peu sirupeux.

Finition:

Réchauffer le zaalouk et lui ajouter les tomates en dés, la coriandre ciselée et le ½ citron confit. Vérifier l'assaisonnement.

Poêler les langoustines à feu assez vif en les assaisonnant avec un peu de gingembre et en les salant légèrement.

Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



A l'aide d'un emporte pièce, mouler le zaalouk dans l'assiette, disposer les langoustines et mettre quelques grosses gouttes de fumet réduit.

Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



Et si c'était bon 🍷🍷
en cuisine et à table ...



voir le fon