

La Recette de Alain Paton

Recette de l'été

Pour ce numéro d'été, je vous propose une recette empruntée au chef du restaurant parisien « chez Denise, connu aussi sous l'appellation de la tour de Montlhéry » situé au 5 rue des PROUVAIRES, dans le quartier historique des halles de PARIS.

Installé depuis 1972 dans ce lieu qui respire les souvenirs des forts des halles, Bernard NOEL nous offre une recette qui lui ressemble, généreuse et pleines de saveurs.

Salade de Langoustines aux cocos de PAIMPOL

Il cite dans son excellent livre : « *Quand les petits cocos bretons se font la belle avec des langoustines, cela donne une joyeuse salade à déguster sans faim et sans fin.* »

Ingrédients pour quatre personnes :

- 6 à 8 langoustines par personne
- 1 kg de cocos de Paimpol frais
- 4 tomates
- 1 carotte
- 1 citron
- 4 oignons blancs
- 4 gousses d'ail
- 200 grs de roquette
- persil, thym, laurier
- piment d'Espelette
- sel, poivre
- huile d'olive

Ecossez les cocos et rincez-les. Epluchez et coupez la carotte en petits dés. Constituez un bouquet garni (queues de persil, thym, laurier). Déposez les cocos dans une casserole et recouvrez-les d'eau froide. Ajoutez les dés de carotte et l'ail. Salez, poivrez. Cuire 35 à 40 minutes.

Décortiquez les langoustines à cru.

Pelez et retirez les pépins des tomates. Concassez-les. Les mettre dans un saladier avec un filet de citron, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive. Saupoudrez de persil haché, et d'une pincée de piment d'Espelette. Ajoutez quelques fines lamelles d'oignons blancs. Salez, poivrez et laissez macérer le tout 30 minutes.

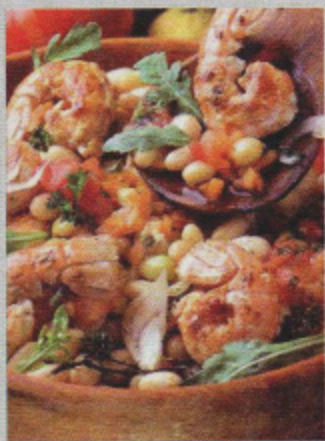
Cuire les têtes et coffres des langoustines dans de l'eau bouillante salée 1 minute.

Dans une poêle bien chaude faire revenir les queues dans de l'huile d'olive durant 1 minute, poivrez légèrement.

Dressez le tout : les cocos, assaisonner avec la fondue de tomates, les queues de langoustines et quelques feuilles de jeunes pousses de roquette.

Décorez avec les têtes de langoustines.

Pour la faim des haricots servir avec un rosé frais.



Bon appétit.