



Velouté de Chou fleur aux langoustines



La recette : pour 6 personnes

6 grosses ou 12 petites langoustines fraîches, 1 oignon, 400g net de sommités de chou fleur, 25cl de lait frais entier, 1 filet d'huile de pistache ou d'huile d'olive à la vanille, 20cl de crème fleurette, sel, poivre, muscade, une pincée de graines de fenouil, QS de caviar de harengs pour la déco [facultatif] ou quelques. tiges de cerfeuil.

Faire suer sans coloration l'oignon dans une casserole, ajouter les sommités de chou fleur avec le lait, assaisonner de sel, poivre, muscade, fenouil et cuire doucement à couvert 20mn. Mixer finement au blender en ajoutant la crème. Décortiquer les langoustines à cru, retirer le boyau central en incisant le dos dans sa longueur, les assaisonner de sel, poivre et Cayenne, les poêler vivement 1mn dans très peu d'huile d'olive. Verser le velouté bouillant dans de petites soupières chauffées, poser au centre une langouste, ajouter un filet de l'huile choisie, décorer et servir immédiatement.