



Salade de homard a l'orange et a l'estragon

29/08/2017 à 07h51

Par [Scott Serrato](#)

Temps de préparation : 1h

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 2 homards vivants de 500 g chacun (femelles de préférence)
- 3 oranges
- 400 g de haricots verts
- 4 tomates
- 80 g de salades et herbes mélangées
- 4 cuillères à soupe de sauce cocktail
- 1 cuillère à soupe d'estragon ciselé
- 4 cuillères à soupe de vinaigrette (huile d'olive et jus de citron)
- 1 citron
- 1 bouquet garni
- Gros sel, sel fin et piment d'Espelette

Préparation :

- Versez 2 l d'eau dans une casserole, ajoutez une pincée de piment d'Espelette, un citron et une orange coupés en quartiers, 100 g de gros sel et le bouquet garni. Portez à ébullition. Plongez-y les homards vivants et faites-les cuire pendant 5 minutes à gros bouillons. Sortez-les à l'aide d'une écumoire et posez-les sur une plaque pour les laisser refroidir;
- Détachez les pinces et faites-les à nouveau cuire pendant 2 minutes;
- Équeutez les haricots verts, lavez-les et faites-les cuire pendant 4 minutes environ dans une casserole d'eau salée portée à ébullition; rafraîchissez-les à l'eau glacée et réservez;
- Plongez les tomates pendant 10 secondes dans une casserole d'eau bouillante, égouttez-les, pelez-les et coupez-les en quartiers, ôter l'intérieur à l'aide d'une pointe de couteau;
- Décortiquez les homards. Séparez les pinces, la tête de la queue. Tirez sur la plus petite partie de la pince pour retirer le cartilage situé à l'intérieur (appelé feuille). Cassez la pince pour récupérer la chair. Brisez la queue légèrement pour dégager la chair. Videz la tête et retaillez-la en deux pour le décor. Tronçonnez la queue en médaillons;
- Pelez les deux oranges restantes à vif, puis dégagez les quartiers en séparant la membrane avec un couteau;
- Placez sur chaque assiette de service un petit fagot de haricots verts au centre et par-dessus les quartiers de tomate mondée. Rangez les médaillons de homard en dégradé sur les tomates, pour reconstituer le homard;
- Assaisonnez la petite salade avec la vinaigrette et répartissez-la sur la droite de l'assiette, posez une pince dessus. Recouvrez de sauce cocktail additionnée d'estragon ciselé à gauche. Disposez les quartiers d'orange en éventail et posez la demi-tête de homard en haut de l'assiette pour finir le décor.