



Deux recettes d'Edgard Bovier

HOMARD, POULPE ET ARTICHAUTS à la grille, coulis à l'huile primeur, pousses de roquette et olives taggiasche

Marche à suivre

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 homards de 400/500 g pièce
- 6 artichauts poivrade à la barigoule (voir recettes de base)
- 0,5 dl d'huile d'olive

Poulpe

- 1 poulpe de 800 g
- sel et poivre
- 1 oignon blanc
- 1 feuille de laurier
- 1/2 citron
- 10 graines de coriandre

Finition

- 2 dl d'huile d'olive
- 30 g de fèves écosées
- 12 olives taggiasches
- 4 branches de thym
- 1 bouquet de roquette
- fleur de sel

Cuisson du homard

- Cuire le homard 4 minutes à l'eau bouillante salée.
- Rafraîchir à l'eau glacée et décortiquer.

Cuisson du poulpe

- Mouiller le poulpe d'eau froide, assaisonner de sel et poivre.
- Ajouter la garniture de cuisson et cuire à feu doux à couvert pendant 50 à 60 minutes.
- Laisser refroidir dans l'eau de cuisson.
- Séparer les tentacules et les couper en 2 ou 3 morceaux.

Préparation du coulis d'artichauts

- Mixer 2 artichauts à la barigoule avec 2 cs de jus de barigoule et monter comme une mayonnaise avec 0,5 dl d'huile d'olive, assaisonner puis passer le mélange.

Finition/présentation

- Couper 4 pièces d'artichauts en deux, 8 morceaux de poulpes, les assaisonner et les griller.
- Asperger le homard d'huile d'olive.
- Dresser le homard, le poulpe et les artichauts grillés sur le coulis.
- Garnir de fèves et d'olives.
- Décorer de thym et de roquette.
- Ajouter quelques grains de sel marin.





CHAMBRE AVEC VUE
Sous le signe du soleil

Deux recettes d'Edgard Bovier

HOMARD, POULPE ET ARTICHAUTS à la grille, coulis à l'huile primeur, pousses de roquette et olives taggiasche

Marche à suivre

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 homards de 400/500 g pièce
- 6 artichauts poivrade à la barigoule (voir recettes de base)
- 0,5 dl d'huile d'olive

Poulpe

- 1 poulpe de 800 g
- sel et poivre
- 1 oignon blanc
- 1 feuille de laurier
- 1/2 citron
- 10 graines de coriandre

Finition

- 2 dl d'huile d'olive
- 30 g de fèves écosées
- 12 olives taggiasches
- 4 branches de thym
- 1 bouquet de roquette
- fleur de sel

Cuisson du homard

- Cuire le homard 4 minutes à l'eau bouillante salée.
- Rafraîchir à l'eau glacée et décortiquer.

Cuisson du poulpe

- Mouiller le poulpe d'eau froide, assaisonner de sel et poivre.
- Ajouter la garniture de cuisson et cuire à feu doux à couvert pendant 50 à 60 minutes.
- Laisser refroidir dans l'eau de cuisson.
- Séparer les tentacules et les couper en 2 ou 3 morceaux.

Préparation du coulis d'artichauts

- Mixer 2 artichauts à la barigoule avec 2 cs de jus de barigoule et monter comme une mayonnaise avec 0,5 dl d'huile d'olive, assaisonner puis passer le mélange.

Finition/présentation

- Couper 4 pièces d'artichauts en deux, 8 morceaux de poulpes, les assaisonner et les griller.
- Asperger le homard d'huile d'olive.
- Dresser le homard, le poulpe et les artichauts grillés sur le coulis.
- Garnir de fèves et d'olives.
- Décorer de thym et de roquette.
- Ajouter quelques grains de sel marin.

