

Saison  
2014 - 2015

## Cours de Cuisine

Avec Monique et Jacqueline



Maison de quartier de Bregille

Lundi 15 Septembre 2014

1ère recette du jour :  
**Verrine de Juliette...**

Cuisez les pommes de terre en 'robe des champs' à l'eau salée

**Cuisson : 20/25mn**

**Préparation : 25mn**

**Ingredients :**

**400g Pom.de terre  
Juliette**

**600g Langoustines**

**2 Pamplemousses**

**1 fenouil**

**Huile pepin de  
raisin**

**Gros sel**

**Sel et Poivre**

pendant 20 à 25 minutes.

Lavez le fenouil, débarrassez-le de ses branches filandreuses, réservez les pousses herbacées.

Taillez-le en petits dés et cuisez-le à feu doux à l'huile de pépin de raisin.

Cuisez les langoustines à l'eau bouillante pendant 3 à 4 mn. Laissez tiédir le tout puis décortiquez-les. Réservez.

Taillez les pamplemousses à vif et prélevez ses quartiers sans la peau. Réservez le jus pour l'assaisonnement.

Epluchez les pommes de terre et taillez-les en rondelles. Dans un saladier, mélangez les pommes de terre, les langoustines, le fenouil et le pamplemousse.

Faites une vinaigrette à base d'huile de pépin de raisin, du jus de pamplemousse, des branches herbacées du fenouil finement ciselées, du sel et du poivre.

Dressez en verrine et décorez d'une petite note herbacée : menthe, marjolaine, mélisse...

