

Ouassous flambés avec leur garniture basilic coco

Temps de préparation

20 minutes

Temps de cuisson

10 minutes

Temps de repos

15 minutes

Nombre de couverts

1



Emma Lapiere

Le Parc Aquacole



Liste des ingrédients

- 4 ouassous
- 25 cl de lait de coco
- 10 g de beurre
- Feuilles de basilic
- 20 cl de Rhum
- 1 citron vert
- 1 tranche de noix de coco fraîche
- Fleurs comestibles

Recette

Décortiquez la queue des ouassous

Incisez le dos et retirez l'intestin.

Dans un cul-de-poule, mélangez vos ouassous avec un filet d'huile d'olive et le zest d'un citron vert.

Salez, poivrez.

Faites mariner 15 minutes.

Poêlez dans un peu d'huile d'olive et 10 g de beurre avec 2 feuilles de basilic.

Flambez au rhum, stoppez la cuisson puis couvrez 5 minutes.

Conservez votre poêle contenant les sucs de la cuisson, ajoutez la crème puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une sauce homogène. Réservez pour le dressage.

Hachez quelques feuilles de basilic et râpez finement la chair d'une noix de coco puis taillez en julienne.

Faites revenir votre garniture dans la poêle utilisée précédemment puis réservez.

Au centre de votre assiette, placez un cercle métallique (ou carré si vous en disposez), déposez dans celui-ci votre garniture.

Ôtez délicatement votre emporte-pièce puis déposez autour de votre garniture 4 queues ouassous.

Décorez selon vos goûts de fleurs comestibles et de tranches de coco râpées.

Bon appétit