



Homard en croûte d'amande

Temps de préparation: 30 minutes

Niveau: moyenne

Ingrédients pour 4 personnes:

1 pack de Homard MSC
15g d'amandes effilées
15g de panure
20g de beurre
1 cuillère à soupe de persil haché
1 citron Bio
Du gros sel, du sel fin
Du poivre moulu



Préparation :

1. Décongeler le homard. Le couper soigneusement avec un couteau aiguisé puis retirer les intestins et les abats. Laver le homard. A l'aide de la poignée du couteau, taper et fissurer les pinces. Déposer les deux moitiés de homard sur un papier cuisson, assaisonner avec du sel et du poivre. Rincer le citron avec de l'eau chaude, le sécher et prélever le zeste. Couper le reste en tranches.
2. Faire frire les amandes effilées et la panure dans une poêle (sans gras), puis mélanger avec le beurre, le persil haché et le zeste de citron. Répartir le mélange sur les deux moitiés de homard.
3. Faire griller les homards au four à 190°C, sur la fonction grill, sur la plaque du haut. Servir avec le zeste de citron.