

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM

CALMARS FARCIS AU HOMARD



4 à 6 calmars selon la grosseur (partie du corps seulement)

2 c. à table d'huile

$\frac{1}{4}$ tasse de céleri haché finement

$\frac{1}{3}$ tasse d'oignons hachés finement

2 à 3 gousses d'ail hachées finement

3 c. à thé de pâte de Miso (ou 1 c. à thé de Bovril au poulet)

$\frac{1}{2}$ tasse d'eau

$\frac{1}{4}$ tasse de crème (à cuisson idéalement)

$\frac{1}{2}$ tasse de chapelure (ou 9 biscuits soda broyés)

1 c. à table d'huile

1 c. à table de beurre

SAUCE :

$\frac{1}{4}$ tasse d'eau

1 c. à table de sauce soya à sushi

$\frac{1}{4}$ tasse de crème

1 noix de beurre

Faire cuire le calmar selon la technique indiquée pour Calmars Natures au <http://www.simoncharest.com/CALMARS-NATURES.html>)

Dans un poêlon, à feu moyen-élevé, faire tomber l'oignon et le céleri environ 2 minutes.

Ajouter le homard et l'ail et remuer encore une minute.

Ajouter ensuite le Miso, l'eau et porter à ébullition,

Réduire ensuite le feu à moyen et verser la crème.

(À cette étape, vous auriez une sauce excellente pour mettre sur des pâtes)

Réduire le feu à doux, ajouter la chapelure et remuer de façon à former une densité qui se rapproche d'une farce comme nous voyons pour les dindes.

Farcir les calmars et refermer les extrémités à l'aide de cure-dents disposé en "X"

Dans un autre poêlon, faire chauffer l'huile et le beurre à feu moyen élevé et faire griller les calmars farcis sur 2 côtés environ 2 minutes par côtés.

Retirer les calmars et à l'aide d'un couteau bien coupant, faire des incisions sur le dessus du calmar afin de rendre la chose plus facile à manger. Réserver au chaud (four à 200F) et finaliser la sauce en déglaçant la poêle avec la sauce soya et l'eau quelques secondes. Bien racler le fond et porter à ébullition.

Réduire le feu à doux, ajouter la crème et faire fondre la noix de beurre pour rendre la sauce plus onctueuse. Poivrer au goût (Vous pourrez aussi tamiser la sauce s'il y'a trop de résidus de cuisson). Verser dans une saucière et les convives en mettront à leur goût.

Servir sur une julienne de légumes blanchis ou autre accompagnement au choix.

Je sais, je sais le calmar peut parfois sembler rébarbatif mais pour les amateurs, vous verrez que ce plat ne les laissera pas indifférents. Je vous parle aussi de pâte Miso dans la recette et c'est un bon ingrédient à avoir sous la main. Vous pouvez le garder au frigo dans un contenant hermétique presque une année. Vous pourrez alors substituer différents bouillons par ce Miso dissout dans de l'eau.

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM