

*Entrées chaudes aux produits de la mer*

Cuisses de grenouille au curry et velouté de céleri



1h **30 min** **20 min** **10 min** **246**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du céleri

- 1 Éplucher puis tailler le céleri-rave en gros morceaux à l'aide d'un couteau de chef. Réserver dans un saladier.
- 2 Éplucher l'oignon et l'échalote et hacher grossièrement. Ajouter au saladier.
- 3 Faire fondre le beurre dans une grande casserole sur feu moyen.
- 4 Ajouter le céleri, l'oignon et l'échalote puis ajouter le lait et l'eau de manière à ce que le céleri soit entièrement immergé.
- 5 Saler légèrement, puis ajouter le bouillon de volaille.
- 6 Couvrir et laisser cuire 20 min jusqu'à ce que le céleri soit bien tendre.

Étape 2

Préparation des cuisses de grenouille

- 1 Déplier les cuisses de grenouille puis séparer le dos des pattes à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Couper l'extrémité de la patte à l'aide d'un couteau de

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les cuisses de grenouille

24 **Cuisse(s) de
grenouille**

1 **Curry**

1 **Sel**

1 **Poivre**

1 **Huile d'olive**

Ingrédients pour le velouté

0.5 **Céleri-Rave**

1 **Oignon(s)**

1 **Echalote(s)**

200 g **Lait demi-écrémé**

0.5 **Bouillon cube
déshydraté**

50 g **Beurre**

1 **Sel**

1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

chef puis décoller la chair de l'os à la main.

- 3 Cette technique s'appelle "manchonner" : elle est régulièrement utilisée pour la préparation de la volaille.
- 4 Lorsque les cuisses de grenouille sont manchonnées, les saler, les poivrer puis ajouter le curry.
- 5 Réserver les cuisses de grenouille au réfrigérateur pendant la fin de la cuisson du céleri, pour qu'elles s'imprègnent du curry.

1 Feuille(s) de shiso (perilla)
0.25 botte(s) **Ciboulette**

Étape 3

Préparation du velouté de céleri

- 1 Vérifier la cuisson du céleri à l'aide d'une fourchette. Elle doit s'enfoncer dans le morceau sans forcer.
- 2 Transférer le contenu de la casserole dans un blender et mixer à moyenne puissance.
- 3 Ajouter 25 g de beurre puis mixer à nouveau.
- 4 Le beurre aide à lisser le velouté.
- 5 Passer le velouté de céleri au chinois pour filtrer les morceaux non mixés. Réserver.

Étape 4

Cuisson des cuisses de grenouille

- 1 Sortir les cuisses de grenouille du réfrigérateur puis faire chauffer une poêle avec un fond d'huile.
- 2 Déposer les cuisses de grenouille dans l'huile très chaude.
- 3 Laisser cuire 30 s sur feu vif pour les saisir puis baisser le feu pour éviter une surcuisson de la chair.
- 4 Après 30 s supplémentaires, débarrasser les cuisses de grenouille sur une assiette.

Étape 5

Dressage

- 1 Verser une louche de velouté de céleri dans une assiette creuse.
- 2 Ciseler un peu de ciboulette au dessus de l'assiette.
- 3 Disposer les cuisses de grenouille et décorer de quelques feuilles de shiso.