

Petit flan de cresson garni d'un désossé de cuisses de grenouilles lié d'un beurre d'ail des ours



Ingrédients pour 6 personnes

Pour le flan de cresson :

1 botte de cresson, sel, œufs

Pour les grenouilles :

12 cuisses de grenouilles, beurre, sel, farine

Pour la sauce à l'ail des ours :

1 oignon, 5 champignons de Paris, 2dl de vin blanc, 2dl de crème, 40g de beurre, une botte d'ail des ours, 1 litre de fumet de poisson (ou d'eau)

Le flan :

Laver le cresson et le couper en chiffonnade. Cuire 2mn à feu vif le cresson dans 2dl d'eau salée.

Mixer finement et peser la purée obtenue.

Ajouter des œufs entiers à raison de 8 œufs au kilo de purée.

Remplir 6 ramequins de 6cm de diamètre avec cet appareil et cuire au four à 120° pendant 15mn environ jusqu'à ce que les flans durcissent.

Les grenouilles :

Désosser les cuisses en séparant complètement la chair des os.

Assaisonner les chairs et les fariner. Au dernier moment les cuire meunière au beurre.

La sauce

Faire suer l'oignon et les champignons émincés dans un peu de beurre. Ajouter les os des grenouilles. Mouiller avec le vin blanc, le fumet et la crème. Cuire 20mn à tous petits bouillons puis filtrer finement. Ajouter l'ail des ours, le beurre et blinder finement.

Dressage :

Déposer un flan dans 6 assiettes creuses.

Napper de sauce. Déposer dessus les grenouilles dorées.