



1. Portez à ébullition une grande marmite d'eau et plongez-y les homards. Faites-les cuire 15 mn à petits frémissements. Égouttez-les et laissez-les tiédir. Décortiquez les queues et les pinces, taillez la chair en rondelles.
2. Fouettez le miel avec la moutarde, le vinaigre, le sel et le poivre puis ajoutez l'huile d'olive. Versez la sauce dans une petite coupelle et posez-la au centre de votre plat.
3. Rincez et essorez le mesclun. Rincez et égrainez le raisin.
4. Placez le mesclun en cercle sur le plat. Garnissez de homard, de framboises, de grains de raisin et de fleurs et servez. Vous pouvez également réserver la salade au réfrigérateur pendant 1h00 mais pensez à la sortir 30 mn avant de la servir afin qu'elle retrouve toutes ses saveurs.



N'achetez pas vos fleurs chez votre fleuriste ! Elles ont reçu, la plupart du temps, de nombreux traitements et ne sont pas prévues, pour être mangées... Veillez donc à acheter des barquettes de fleurs comestibles dans les rayons/magasins d'alimentation.

Ne confondez pas la langouste avec le homard ! Le homard possède une impressionnante paire de pinces ! De plus, il n'est pas rouge mais bleuté ou brun selon l'espèce. Il est meilleur l'été.

Choisissez-le bien vivant ! Plus il remue, mieux c'est ! Les plus exigeants regarderont la longueur de ses antennes qui doivent être à peu près égales à la longueur de son corps. Il est préférable que sa carapace soit sale : cela signifie qu'il n'a pas mué récemment, ce qui l'épuise et le vide de sa chair. Son poids optimal doit être entre 800 g et 1 kg. Préférez le homard bleu, appelé aussi homard breton ou homard européen, dont la chair est fine et savoureuse. C'est le plus cher... Ceux possédant un élastique sur leurs pinces indiquant « Cotentin-Jersey » sont réellement des homards bretons. Moins cher et beaucoup plus répandu : le homard canadien, qui est moins goûteux.

Le homard se conserve 24h00 au réfrigérateur dans un torchon humide.

Assez facile
30 mn de préparation
15 mn de cuisson
Cher
Sans gluten

Ingrédients pour 8 pers. :

- 2 homards d'environ 800 g chacun
- 200 g de **mesclun**
- 1 barquette de **framboises**
- 1 petite grappe de **raisin blanc** ou noir
- 1 barquette de **fleurs comestibles** (si possible un mélange de plusieurs variétés : capucine, souci, bourrache, chrysanthème, pensée, violette, mauve, marguerite, primevère...)
- 2 c. à soupe de **vinaigre de cidre**
- 1 c. à café de **miel**
- 1 c. à café de **moutarde**
- 6 c. à soupe d'**huile d'olive**
- **Sel**
- **Poivre** du moulin

Variantes :

Vous pouvez remplacer le homard par de la langouste et mettre d'autres fruits : mangue, litchis, fraises ou pomme, clémentine, poire, selon la saison.

Vous pouvez mettre moins de fleurs, sur la photo, il y en avait beaucoup ;-)

Vous pouvez rajouter une échalote finement hachée dans la sauce.

Vous pouvez rajouter des fruits secs grossièrement concassés (noix de cajou, noix de macadamia, noisettes, etc).

