

Cuisses de Grenouilles au Pesto à l'Ail des Ours

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- CUISSE(S) DE GRENOUILLES	36-40
- FARINE	2 c à soupe
- PERSIL	
- GOUSSE(S) D'AIL	1
- ÉCHALOTE(S)	1
- CRÈME FRAÎCHE	25 cl
- PESTO MAISON À L'AIL DES OURS	2 c à café
- PAIN	En accompagnement
- MAÏZENA	1 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Dégelez les cuisses de grenouille.
- Emincez finement l'ail. Faites de même avec l'échalote.
- Farinez les cuisses de grenouille dans un sachet plastique ou un récipient fermé.
- Faites-les sauter dans du beurre chaud. Ajoutez un peu de persil, l'ail émincé, sel et poivre.
- Dans un caquelon, étuvez l'échalote émincée dans du beurre chaud puis arrosez de crème fraîche. Intégrez le pesto. Salez et poivrez.
- Liez la sauce au maïzéna.
- Servez les cuisses de grenouille grillées accompagnées de sauce au pesto et d'un morceau de pain.

