

Cuisses de Grenouilles à la Crème de Chou-Fleur et aux Amandes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- Cuisses de Grenouilles	12
- Ail en Poudre	
- Chou-Fleur	4-5 fleurs
- Amandes Hachées	1 c à soupe
- Lait	100 ml
- Crème Fraîche Epaisse	1 c à soupe
- Ciboulette	
- Pesto Vert	2 c à café
- Amandes Effilées	un peu
- Sel	
- Poivre	

Recette:

- Faites décongeler les cuisses de grenouille (la veille ou le matin).
- Faites cuire les fleurs de chou dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire puis égouttez.
- Mixez ce chou avec le lait, les amandes hachées et la crème épaisse afin d'obtenir une purée crémeuse. Salez et poivrez. Intégrez-y la ciboulette. Réservez.
- Grillez les amandes effilées à sec dans une poêle chaude. Réservez.
- Dans une grande poêle antiadhésive, faites colorer les cuisses de grenouille sur els deux faces. Assaisonnez d'ail, de sel et de poivre.
- Pour le dressage, réchauffez légèrement la purée de chou-fleur au micro-onde.
- Déposez-la au fond des assiettes puis disposez les cuisses de grenouille autour de celle-ci.
- Agrémentez d'un peu de pesto vert et d'amandes effilées grillées.

Remarque:

Servez avec de la baguette.

