

# Homard façon thermidor

Poissons et fruits de mer



## Ingrédients

- 4 homards vivants d'environ 750 g (1 1/2 lb) chacun
- **Sauce Mornay**
- 4 c. à thé de beurre
- 4 c. à thé de farine tout usage
- 1 tasse(s) de lait
- 1 jaune d'oeuf
- 1 c. à thé de moutarde de Dijon
- 1/3 tasse(s) de fromage emmenthal ou gruyère, râpé
- 1 pincée de piment d'Espelette
- Sel et poivre, au goût
- **Garniture**
- 1 échalote française ciselée
- 1 noix de beurre, en quantité suffisante
- 2 c. à soupe de cognac ou brandy
- 1/4 tasse(s) de vin blanc
- 1.500 tasse(s) de petits bouquets de brocoli, blanchis

Préparation : 30 min

Cuisson : 30 min

Portions : 4

## Préparation

1. Dans une grande casserole d'eau bouillante très salée, plongez les homards tête la première et laissez cuire de 10 à 12 minutes (ou à la vapeur de 14 à 16 minutes). Sortez les homards de l'eau et recouvrez-les de glaçons pour qu'ils refroidissent rapidement. Retirez les pinces et décortiquez-les en essayant de garder la chair la plus entière possible. Coupez les homards en deux dans le sens de la longueur, retirez la chair des queues et coupez-la en dés ou en médaillons. Videz et nettoyez les demi-carapaces. Réservez.
2. Préparez la garniture. Dans une casserole, à feu moyen, faites suer l'échalote dans le beurre jusqu'à ce qu'elle soit translucide. Ajoutez la chair de homard et laissez chauffer de 2 à 3 minutes. Versez le cognac et flambez. Versez le vin blanc, incorporez le brocoli et laissez réduire de 2 à 3 minutes. Transférez dans un grand bol. Réservez.
3. Préparez la sauce Mornay. Dans la même casserole, à feu moyen, faites fondre le beurre et ajoutez la farine. Remuez et laissez cuire 2 minutes. Versez graduellement le lait en fouettant sans arrêt. Brassez avec une cuillère en bois et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la sauce épaississe. Ajoutez le reste des ingrédients, mélangez jusqu'à ce que le fromage ait fondu, salez et poivrez. Versez la sauce sur la préparation de homard et mélangez délicatement.
4. Placez la grille dans la partie supérieure du four. Préchauffez le four à gril (broil).
5. Répartissez la préparation de homard dans les demi-carapaces et déposez-les sur une plaque de cuisson. Faites griller de 3 à 5 minutes, ou jusqu'à ce que la sauce bouillonne et dore. Servez le homard avec un riz pilaf ou des légumes vapeur.