

Ragout de cuisses de grenouilles



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 25 mn

Vous pouvez servir avec des fleurons feuilletés mais nous préférons la simplicité du pain grillé qui est moins lourd.

Recette proposée par : Loulou de la mer

Ingrédients

- 1 kg de cuisses de grenouilles - fraîches (ou surgelées)
- 4 tranches de pain - grillées au beurre
- 200 ml de vin blanc - sec (type riesling)
- 150 g de crème fraîche
- quelques noix de beurre
- 1 jaune d'œuf
- 3 échalotes - émincées finement
- persil
- sel
- poivre

Préparation

- 1 La veille, laissez décongeler les cuisses de grenouilles au réfrigérateur.
- 2 Le jour même, sortez-les une à une de leur emballage et égouttez-les sur une grille.
- 3 Faites revenir la moitié des cuisses dans le beurre chaud à feu vif durant 4 à 5 minutes. Réservez et jetez l'eau.
- 4 Recommencez avec l'autre moitié pour qu'elles soient assez saisies.
- 5 Dans une sauteuse, ajoutez les échalotes, faites-les revenir sans coloration. Versez le vin blanc puis, les cuisses de grenouilles. Assaisonnez l'ensemble. Laissez mijoter une dizaine de minutes selon la grosseur des cuisses.
- 6 Faites réduire le jus s'il est trop important. Salez, poivrez, Saupoudrez de persil et d'ail.
- 7 Hors du feu, incorporez le jaune d'œuf et la crème fraîche.
- 8 Servez chaud avec les tranches de pains grillées au beurre, en cassolettes chauffées ou assiettes chaudes.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

