

# Maîtriser la cuisson parfaite des langoustines royales

---

## Sélection et préparation

- Vérifiez la fraîcheur : la carapace doit être brillante et l'odeur marine doit être fraîche.
- Ne cuisinez jamais une langoustine présentant une tête noircie.
- Prévoyez une portion de 300 à 400 g de langoustines fraîches par personne pour une entrée.

## Préparation du court-bouillon

- Proportions : utilisez 10 g de sel par litre d'eau.
- Base liquide : mélangez 2 litres d'eau avec 25 cl de vin blanc sec (type Muscadet).
- Aromates : ajoutez carotte, oignon, céleri, bouquet garni et poivre en grains.
- Infusion : faites bouillir le mélange pendant 15 minutes avant d'y plonger les langoustines.
- Astuce citron : ajoutez une rondelle de citron pour blanchir la chair, mais retirez-la après 5 minutes pour éviter l'amertume.

## Étapes de cuisson

- Plongez les langoustines dans le court-bouillon en maintenant une ébullition douce.
- Temps de cuisson : comptez 2 à 3 minutes après la reprise de l'ébullition selon la taille.
- Vérification : la carapace doit passer au rose vif/orangé et la chair à la base de la tête doit être devenue opaque.

## Finitions et service

- Choc thermique : plongez immédiatement les langoustines dans un bain d'eau glacée pour stopper la cuisson et préserver la chair.
- Dégustation froide : si vous souhaitez les servir froides avec une mayonnaise, laissez le court-bouillon refroidir à température ambiante avant d'y replonger les langoustines.