

# Cuisses de grenouilles à la purée d'ail et jus de persil

CUISIMAGES

Réf :  
2024

Type :  
Poisson

Préparation :  
30 min  
Repos:

Cuisson :  
60 min

Coût :  


Difficulté :  


Origine :  




## Ingrédients pour 4 personnes

- 4 douzaines de cuisses de grenouilles
- 4 têtes d'ail rose
- 1 bouquet de persil (120g)
- 160g de beurre
- 120 ml lait
- Huile d'olive
- Fleur de sel
- Sel et poivre

CUISICOURS  
Offrez un cours  
de cuisine  
[www.cuisicours.com](http://www.cuisicours.com)



Lavez et essuyez le persil à l'aide de papier absorbant, puis équeutez-le.

Mixez le persil et le beurre, salez, poivrez.

Entreposez le beurre de persil au frais.

Cassez les têtes d'ail et séparez les gousses.

Plongez l'ail sans le peler dans de l'eau bouillante salée pendant 2 min.



Pelez l'ail.

Recouvrez les gousses d'ail d'eau froide salée et portez à ébullition.

Laissez cuire 8 min. Jetez l'eau et recommencez 5 fois.

Retirez le germe de chaque gousse puis mixez avec le lait.  
Réchauffez doucement, salez et poivrez.

Réchauffez le beurre de persil avec 1càs d'eau et répartissez les 2 préparations sous forme de damier.



### Concerne les cuisses de grenouilles congelées :

Mette au réfrigérateur les cuisses congelées pendant 24H.

Les tremper dans le lait (compléter avec de l'eau) pendant 2 H.

Essuyer les cuisses avec du papier absorbant

Fariner les cuisses.

**Astuce :** les mettre dans un plat avec la farine et recouvrir d'un film plastique. Secouer de haut en bas et de gauche à droite. Tapoter les cuisses une à une pour enlever l'excédent de farine.

Saisir les cuisses au beurre noisette (environ 40 g). Saler et Poivrer. Retirer les cuisses à la coloration. Nettoyer votre poêle et remettre à nouveau les cuisses.

Ensuite ajouter le reste de beurre (100 gr).



**Conseils**  
**Variante**  
**Vin**

Pouilly Fumé