

L'ARRIVAGE VOUS GUIDE

POUR LA CUISSON

LANGOUSTINE ET CREVETTE PAPILLON

- Décongeler les langoustines dans l'eau froide
- Bien égoutter (Couper si nécessaire)
Recette : badigeonner vos langoustines avec du vin blanc, beurre à l'ail fondu et saupoudrer de chapelure régulière.
- Préchauffer le four à 400 F et cuire en suivant les instructions du tableau ci-dessous :

TAILLE	TEMPS DE CUISSON
<u>7-9</u>	<u>8 minutes</u>
<u>9-12</u>	<u>7 minutes</u>
<u>12-15</u>	<u>6 minutes</u>
<u>15-18</u>	<u>5 minutes</u>
<u>16-20 (coupés)</u>	<u>5 minutes</u>

A VOTRE CUISSON

Ajouter 1 $\frac{1}{2}$ à 2 minutes à BROILL

- En surveillant bien !

ATTENTION

Si la chair de vos langoustines est en purée une fois la cuisson terminée, c'est qu'elles sont trop cuites.

Évitez de surcuire.

POISSONNERIE L'ARRIVAGE

450-755-1715

poissonnerielarrivage.com