

Crevettes curry coco

Temps de préparation : 12 minutes

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 500g de crevettes type gambas crues décortiquées ou crevettes
- 1 oignon épluché et ciselé
- 4 gousses d'ail épluchées et dégermées
- 1 tomate lavée et coupée en petits dés
- 20cl de lait de coco
- ½ jus de citron jaune
- 3 feuilles de laurier (j'ai mis du déshydraté émincé)
- ½ bâton de cannelle (j'ai mis de la cannelle moulue)
- 4 pièces de cardamome verte (j'ai mis de la cardamome en poudre)
- 1 cuillerée à café de graines de fenugrec (c'est une épice qui s'utilise en inde, ça donne le goût de curry) Si comme moi, vous n'en trouvez pas le curry sera suffisant.
- 1 cuillerée à café de gingembre haché (moi c'est en poudre)
- ½ cuillerée à café de poudre de curcuma
- 1 cuillerée à café de curry
- 1 cuillerée à café de piment en poudre
- quelques feuilles de coriandre (je n'aime pas trop, j'ai mis de la ciboulette)
- huile de pépins de raisins ou huile d'olive
- sel et poivre

Préparation de la marinade

Décortiquer les gambas ou crevettes et enlever le boyau du milieu.

Dans un plat, faites mariner les crevettes avec une cuillerée à café de sel, quelques tours de moulin à poivre et le curcuma généreusement, ajouter le piment et de l'huile d'olive (il ne faut pas mettre une trop grande quantité d'huile, elle ne doivent pas baigner). Remuer. Gardez de côté.

Préparation du plat

Dans une cocotte chaude, versez un trait d'huile, faites suez (feu assez fort au début pour faire ressortir les arômes) les feuilles de laurier, le bâton de cannelle, les graines de cardamome, les graines de fenugrec, le piment et le curry, remuez à feu doux quelques minutes. Ajoutez l'oignon et l'ail en gousse, puis le gingembre (ajoutez de l'huile d'olive si besoin).

Moi j'adore l'ail, alors je le mangerai, dans ce cas, je le coupe en petit petit...

Laissez cuire quelques minutes.

Astuce: préférez le couteau scie pour couper les tomates

Ajoutez la tomate en dés (ça contribuera à faire la sauce), continuez à cuire, ajouter un verre d'eau environ pour aider à mijoter.

Dans une poêle bien chaude, versez les crevettes avec la marinade, colorez les faces. (on ne rajoute pas d'huile vu qu'il y a déjà la marinade). Baisser un peu le feu ensuite.

Retirer les aliments qu'on ne mange pas (l'ail, le laurier, la cardamome, le bâton de cannelle)

Versez le lait de coco dans le mélange avec les tomates, assaisonnez de sel. Ajouter les crevettes et la marinade.

Hors du feu, versez le jus de citron. On peut ajouter du piment

Servez le plat dans les assiettes, et ajoutez des feuilles de coriandre. (ou autres herbes pour moi qui ne suis pas fan de coriandre).