



Fruits de mer

Massalé de crevettes



30 min **10 min** **20 min** **0** **266**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le massalé de crevettes

600 g **Crevettes roses**
2 c. à soupe **Massalé**
1 **Oignon(s)**
2 **Tomate(s)**
1 c. à café **Concentré de tomate**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 **Piment(s)**
1 c. à soupe **Gingembre frais**
5 **Feuille(s) de caloupilé**
1 c. à soupe **Curcuma**
2 c. à soupe **Huile de tournesol**
1 **Coriandre**
1 c. à café **Gros sel**
20 cl **Eau**

Étape 1

Préparation de la sauce

- 1 Mettre dans un mortier les gousses d'ail, le gingembre, le piment en rondelles et le gros sel. Écraser au pilon pour obtenir une pâte relevée.
- 2 Éplucher et émincer l'oignon. Dans une marmite, faire chauffer l'huile puis ajouter la pâte relevée, l'oignon émincé, les feuilles de caloupilé et le concentré de tomates.
- 3 Faire revenir deux minutes puis ajouter les tomates coupées finement, la poudre de massalé et le curcuma. Verser l'eau, mélanger et laisser compoter cinq minutes sur feu doux.

Étape 2

Cuisson des crevettes

- 1 Incorporer les crevettes dans la sauce, puis laisser cuire 15 minutes sur feu doux.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer la sauce dans des assiettes et dresser les

crevettes dessus.

2 Décorer avec de la coriandre et servir.