

PÂTES AUX CREVETTES

et sauce coco

Par personne



Préparation: 10 minutes
Cuisson: 15 minutes

Pour 2 personnes:

- 12** 120 g de pâtes sèches
- 0** Sel
- 0** 1/2 bouquet de ciboules
- 0** 2 poivrons rouges
- 0** 1 petit piment rouge
- 1** 1 cc d'huile végétale
- 4** 180 g de crevettes décortiquées
- 0** 1/2 cc de pâte de curry jaune
- 3** 100 ml de lait de noix de coco (p. ex. Coop **Weight Watchers**)

1. Faire cuire les pâtes dans de l'eau salée en suivant les instructions de l'emballage. Laver les ciboules, les poivrons et le piment. Couper les ciboules et le piment en rondelles. Épépiner et couper en morceaux les poivrons. Faire chauffer l'huile dans une wok ou une poêle et y saisir les légumes 3 à 5 minutes.

2. Rincer et éponger les crevettes. Ajouter les crevettes et la pâte de curry à la préparation. Faire sauter le tout env. 5 minutes. Mouiller avec le lait de noix de et laisser mijoter env. 5 minutes. Jeter l'eau de cuisson des pâtes. Ajouter les pâtes à la préparation. Servir.

Variante

Remplacer les poivrons par 2 petites aubergines. La valeur en unités **ProPoints**® par personne reste identique.