



PÂTES AUX CREVETTES

20 MIN.
DE PRÉP.

20 MIN.
EN TOUT

652 KCAL
PAR PERSONNE

① Lipides: 18 g, Glucides: 88 g, Protéines: 32 g par personne

IL VOUS FAUT POUR 4 PERSONNES

Pâtes

500 g de pâtes (linguine p. ex.)
eau salée frémissante

Crevettes

1 cs d'huile d'olive
250 g de crevettes cuites décortiquées
surgelées (bio) décongelées
¼ cc de sel
1 gousse d'ail écrasée
3 oignons botte avec la verdure coupés
en fines rondelles
½ citron bio, le zeste râpé et tout le jus
180 g de demi-crème pour sauces
1 bouquet d'estragon ciselé
½ bouquet d'aneth ciselé
un peu de poivre de Tasmanie

VOICI COMMENT FAIRE

Pâtes

Faire cuire les pâtes al dente dans l'eau frémissante salée puis les égoutter en récupérant env. 1 dl de l'eau de cuisson.

Crevettes

Faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Saler les crevettes, les faire revenir pendant env. 2 min. de chaque côté avec l'ail. Ajouter les oignons, faire revenir le tout brièvement. Ajouter le zeste et le jus de citron, mélanger, laisser réduire pendant env. 2 min. Verser la demi-crème pour sauces et les fines herbes dans la sauce, mélanger. Ajouter les pâtes et l'eau de cuisson, mélanger, faire chauffer brièvement le tout et assaisonner.

BON À SAVOIR



Retrouvez la recette sur:

fooby.ch/fr/recettes/19558/