



CURRY INDIEN DE CREVETTES

Pour 4 personnes

700 gr de crevettes	400 gr de courgettes
200 gr de carottes	2 oignons
1 poivron rouge	15 cl de lait de coco
pâte de curry	1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1/2 cuillère à café de cumin	brins de coriandre
graines de chia (facultatif)	

Préparation de la recette

- Peler les carottes, les couper en tronçons et les laisser cuire 10 minutes dans l'eau salée. Une fois cuites, les égoutter. Couper les courgettes en tronçons et réserver le tout.
- Décortiquer les crevettes. Peler et émincer les oignons et couper le poivron en petites lamelles. Faire revenir les oignons et le poivron 10 minutes dans l'huile d'olive, ajouter la pâte de curry, remuer et laisser cuire 1 ou 2 minutes. Ajouter les crevettes, le lait de coco et le cumin. Laisser cuire 5 minutes.
- Ajouter les légumes, remuer et laisser cuire 5 minutes. Verser dans le plat de service en parsemant le tout de coriandre et de graines de chia.

P.S. On peut remplacer la pâte de curry par du curry en poudre.