

Entrée de crevettes aux spirales de courgettes (Style rémoulade)

Une autre façon d'utiliser les courgettes qui arrivent toutes à maturité en même temps.

Une recette pour 4 personnes.

Les ingrédients

- 2 courgettes moyennes (vertes et/ou jaunes)
- 1 c. à thé de sel.
- 20 crevettes cuites décortiquées et épongées

Sauce

- 1/3 de tasse de crème sûre
- 1/3 de tasse de mayonnaise
- 1 c. thé de miel
- 1 c. table de moutarde à l'ancienne
- 1 c. à soupe d'échalote française hachée finement
- Poivre du moulin
- 2 c. à soupe de ciboulette hachée finement
- 1 c. à soupe de persil haché



La préparation

À l'aide d'un spiralisateur, couper les courgettes en spirales et donner quelques coups de couteau pour réduire la longueur des spirales. À défaut d'un spiralisateur, simplement râper grossièrement les courgettes. Mettre dans un bol et saupoudrer de sel. Laissez dégorger pendant une heure. Bien rincer sous l'eau froide et presser pour enlever le surplus d'eau. Ceci peut être fait la veille – laisser les courgettes dans la passoire. Les courgettes auront réduit de moitié.

Mélanger tous les ingrédients de la sauce et ajouter les crevettes.

Au moment de servir. Retirer les crevettes et mélanger le reste de la sauce dans les courgettes. Mettre dans des assiettes de service et ajouter les crevettes sur le dessus.

Bon appétit!

Retour aux capsules gourmandes : <http://www.jardinslaprairie.com/CapsulesGourmandes.html>

Comité des jardins communautaires Ville de La Prairie, 2019-08-10

<http://www.jardinslaprairie.com>