

Crevettes sautées au jus de mangue

Nombre de personnes : 4

Ingrédients

- 20 grosses crevettes crues décongelées
- 1 mangue
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 30 feuilles de coriandre
- 1 cuil. à café de vinaigre de Xérès
- sel
- poivre



Préparation

1. Décortiquez les crevettes. Épluchez la mangue puis récupérez la chair autour du noyau.
2. Mixez-la au blender (ou dans le bol d'un mixeur), ajoutez le vinaigre et 1 à 2 cuillerées à soupe d'eau afin de donner une consistance bien homogène et nappante, en mixant à nouveau.
3. Faites chauffer l'huile dans une poêle. Salez et poivrez les crevettes. Faites-les sauter à la poêle à feu vif, 1 min de chaque côté.
4. Hors du feu, ajoutez les feuilles de coriandre. Répartissez le jus de mangue dans des assiettes de service creuses.
5. Disposez 5 crevettes et les feuilles de coriandre dans chaque assiette, servez immédiatement.

Conseils

Lorsque vous décortiquez les crevettes, prenez la précaution d'enlever le boyau en incisant tout le dos de la crevette sur la longueur et en ôtant le boyau de couleur noire à l'aide d'un pique-olive, pour éviter un goût amer.