



# Cari de crevettes géantes façon sud-asiatique

avec riz à la coriandre

De luxe

Rapido

25 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



## RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.  
Si vous désirez ajouter de la protéine,  
suivez les instructions au verso de  
cette fiche!  
Bonne cuisine!



Creweltes géantes



Filet de saumon, avec la peau



Lait de coco



Mélange d'épices indien



Coriandre



Riz basmati



Petits pois



Oignon jaune



Poivron



Purée de gingembre et d'ail



Pâte de cari



Bok choy de Shanghai



Échalotes frites

BONJOUR CORIANDRE

Cette herbe polyvalente ajoute une touche acidulée!

# D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Unités de mesure à chaque étape	<b>1 c. à soupe</b>	(2 c. à soupe)	<b>d'huile</b>
	2 personnes	4 personnes	Ingrédient

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes géantes	285 g	570 g
Filet de saumon, avec la peau	250 g	500 g
Lait de coco	1	2
Mélange d'épices indien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Coriandre	7 g	14 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Petits pois	113 g	227 g
Oignon jaune	113 g	226 g
Poivron	160 g	320 g
Purée de gingembre et d'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pâte de cari	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Bok choy de Shanghai	113 g	226 g
Échalotes frites	28 g	56 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire les crevettes et le saumon jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 70 °C (158 °F), respectivement.

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

1



### Cuire le riz

- Chauffer une casserole moyenne à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **riz**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **riz** soit grillé.
- Ajouter **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau**, puis porter à ébullition à feu élevé.
- Saler, puis réduire à feu doux. Cuire à couvert de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.

4



### Cuire le cari de crevettes

- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **lait de coco**, **¼ tasse** (½ tasse) d'**eau**, la **pâte de cari**, la **purée de gingembre et d'ail** et les **crevettes**. Poêler de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **cari** épaississe légèrement et que les **crevettes** soient entièrement cuites\*\*.
- **Saler et poivrer**, au goût.

2



### Préparer

- Entre-temps, peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher grossièrement la **coriandre**.
- Évider, puis couper le **poivron** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Couper le **bok choy** en morceaux de 2,5 cm (1 po).

5



### Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis ajouter la **coriandre**.
- Répartir le **riz** à la **coriandre** dans les bols. Garnir de **cari de crevettes**.
- Parsemer d'**échalotes frites**.

Garnir les bols de **saumon**.

## Le souper, c'est réglé!

3



### Cuire les légumes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis les **oignons**, les **poivrons**, le **bok choy**, les **pois** et le **reste du mélange d'épices indien**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement.

Si vous avez choisi le **saumon**, sécher le **saumon** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**. Chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-élevé. Ajouter à la poêle **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **saumon**. Poêler le **saumon** de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré et entièrement cuit\*\*.