

Raviolis de fruits de mer al limone

avec sauce crémeuse et salade de roquette

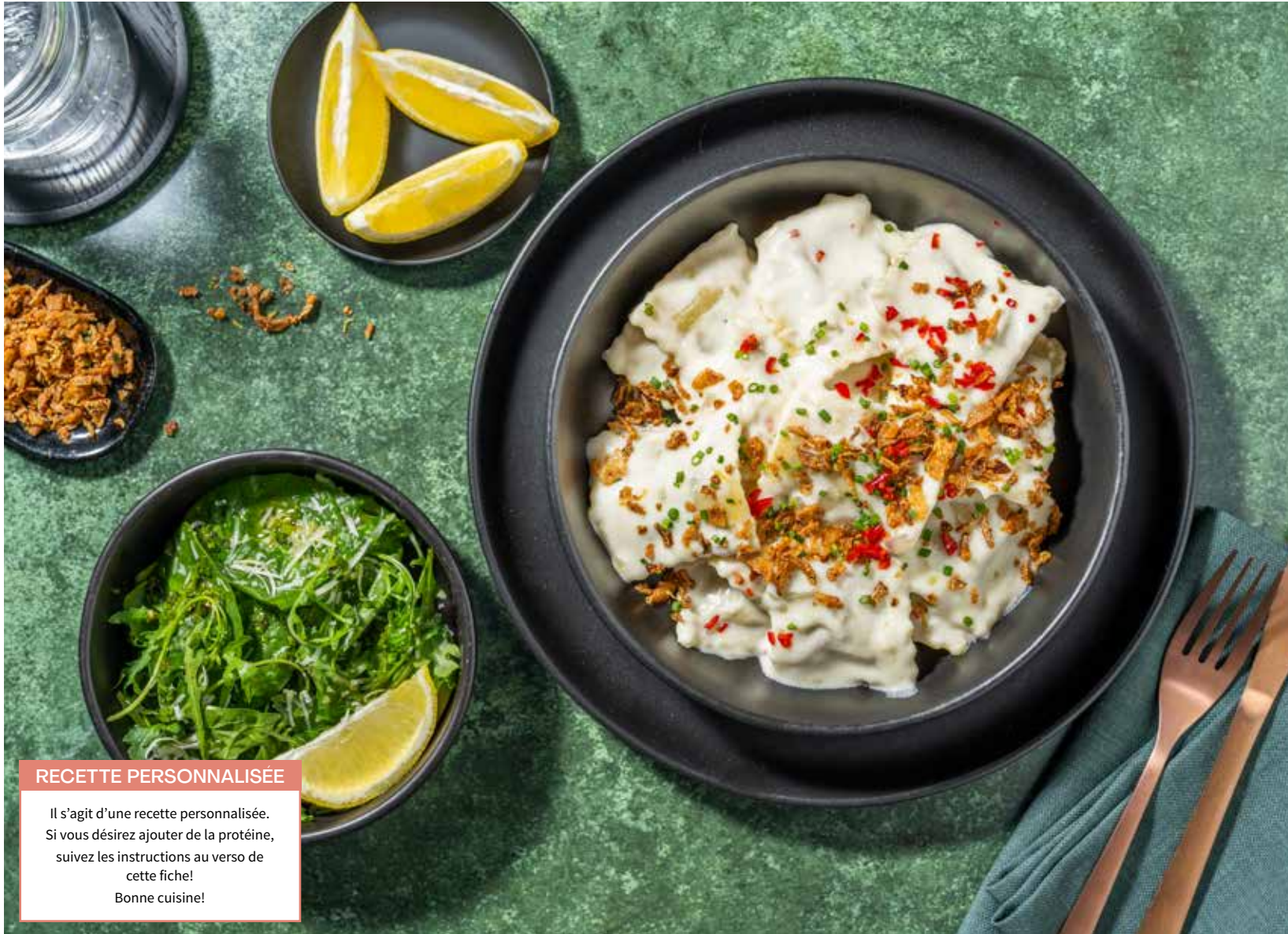
Découverte

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!



Raviolis de fruits de mer



Crevettes



Échalote



Citron



Ciboulette



Gousses d'ail



Piment chili rouge



Crème



Fromage à la crème



Échalotes frites



Parmesan, râpé grossièrement



Mélange d'épices pour sauce crémeuse



Mélange roquette et épinards

BONJOUR RAVIOLIS DE FRUITS DE MER

Ces moelleux petits dumplings farcis de homard et de crevettes cuisent en un rien de temps!

D'abord

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

Unités de mesure à chaque étape

1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
2 personnes	4 personnes	Ingrédient

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 :

- Doux : **¼ c. à thé** (¼ c. à thé)
- Moyen : **½ c. à thé** (½ c. à thé)
- Épicé : **1 c. à thé** (1 c. à thé)
- Très épicé : **1 c. à thé** (2 c. à thé)

Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, zesteur, grand bol, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Raviolis de fruits de mer *	350 g	700 g
Crevettes	285 g	570 g
Échalote	1	2
Citron	1	2
Ciboulette	7 g	7 g
Gousses d'ail	2	4
Piment chili rouge 🍷	1	2
Crème	113 ml	237 ml
Fromage à la crème	43 g	86 g
Échalotes frites	28 g	56 g
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Mélange d'épices pour sauce crémeuse	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Beurre non salé*	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

• L'emballage garantit une fraîcheur maximale mais peut entraîner un arôme plus fort. Celui-ci se dissipera 3 min après l'ouverture de l'emballage.

** Cuire les raviolis de fruits de mer et les crevettes jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 72 °C (162 °F) et 74 °C (165 °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.



1 Faire bouillir l'eau et préparer

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **1 c. à soupe de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, peler, puis couper l'**échalote** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Zester, puis presser la **moitié** du **citron**. Couper le **reste** du **citron** en quartiers.
- Émincer la **ciboulette**.
- Hacher finement le **piment**, en retirant les **graines** pour obtenir un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)



4 Préparer la sauce

- Chauffer la même poêle à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis les **échalotes**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** ramollissent.
- Ajouter le **reste** de l'**ail**, la **moitié** du **mélange d'épices pour sauce crémeuse** (tout le mélange) et **¼ c. à thé de piments**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)
- Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- Ajouter **½ tasse** (1 tasse) d'**eau**, la **crème** et le **fromage à la crème**. Porter à légère ébullition.
- Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** soit homogène et épaisse légèrement.



2 Griller les échalotes et l'ail

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) de **beurre**, puis les **échalotes frites** et la **moitié** de l'**ail**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme et soient grillés.
- Transférer dans un petit bol. Ajouter le **zeste de citron** et la **moitié** de la **ciboulette**.



5 Cuire les raviolis

- Pendant que la sauce mijote, ajouter les **raviolis** à l'**eau bouillante**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres**.
- Réserver **¼ tasse** (½ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **raviolis**.

Si vous avez choisi d'ajouter les **crevettes**, à l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **crevettes**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'elles deviennent roses**. Retirer du feu, transférer les **crevettes** dans une assiette.



3 Assembler la salade

- Dans un grand bol, ajouter le **jus de citron**, le **reste** de la **ciboulette**, **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre** et **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange roquette et épinards** et la **moitié** du **parmesan**. Ne pas mélanger. Réserver au frigo jusqu'au moment de servir.



6 Terminer et servir

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **raviolis** et le **reste** du **parmesan**. Réduire à feu doux, puis bien mélanger. (**CONSEIL** : Pour une consistance plus légère, ajouter l'eau de cuisson réservée, de 1 à 2 c. à soupe à la fois, si désiré.)
- Bien mélanger la **salade**.
- Répartir les **raviolis** dans les assiettes et les napper du **reste** de la **sauce**.
- Parsemer de la **garniture d'échalotes frites** et du **reste** des **piments**, si désiré.
- Arroser du **jus d'un quartier de citron**, si désiré.
- Servir la **salade** en accompagnement.

Garnir les **raviolis** de **crevettes**.

Le souper, c'est réglé!