

A Shreevani

7 mai 2015

Canard au coco ou à la vanille

- 1 canette de 1, 500 kg, 2 oignons
- 2 tomates mûres, 2 gousses ail,

Huile, sel, poivre.

COCO : 40 cl de lait de coco, 20 gr gingembre

1 cu soupe curry, 1 cu café curcuma

20 cl vin blanc sec, 1 bouillon volaille

VANILLE : 1 gousse vanille, 1 orange NTraitée

1 cu café de curcuma.

Duo de poissons pommes et basilic

1 queue lotte, 300 gr crevettes, 200 gr moules

2 échalotes, 2 gousses d'ail, 10 gr gingembre

20cl vin blanc sec, 50 gr beurre à clarifier

2 pommes grany, 1 cu café curcuma

qq branches persil, 1 piment cayenne

Le roux : 25 gr beurre clarifié, 50cl bouillon,

1 cu soupe maïzena, 20 cl crème fraîche,

1 œuf, 2 cu soupe citron, basilic.

Préparer : la lotte, les crevettes, les moules

Hacher finement échalote, presser l'ail, couper

les pommes en dés, le persil et le basilic.

Cuire dans une sauteuse. Faire revenir

échalote ail et pommes ajouter persil.

Réserver.

Faire revenir les morceaux de lotte, crevettes,

moules décoriquées. Rajouter à la

préparation (pommes....).

Curry de patate douce

300 gr patate douce

20 gr gingembre

 Lait de coco . -

1 cu à café de curry

Sel, poivre

Après avoir épluché les patates douces, les

mettre dans une casserole avec le gingembre

émincé.

Laisser cuire 10 mn en remuant de temps en

temps.

Réduire le feu et incorporer le lait de coco et

le curry.

Laisser chauffer à feu doux quelques minutes.

Mette