



Moqueca de Peixe e Camarao

Une spécialité brésilienne à base de poisson et crevettes dans une sauce au lait de coco.

Type de plat Plat principal
Cuisine Brésilienne

Temps de préparation 15 minutes

Temps de cuisson 10 minutes

Temps total 40 minutes

Portions 4 personnes

Ingrédients

- 4 dos cabillaud
- 400 g crevette
- 2 gousses ail
- 1 oignon jaune
- 3 tomate bien mûres
- 1 poivron rouge
- 250 ml lait de coco
- 2 citron vert
- 6 càs azeite de dende ou huile de colza
- 1 petit piment fort ou doux selon votre goût
- 1 botte cerfeuil
- sel et poivre

Instructions

1. Décortiquez les crevettes en conservant le bout de la queue. Retirez l'intestin et rincez-les. Rincez également le poisson puis mettez les dans un plat. Arrosez du jus des deux citrons verts puis réservez au frais pendant au moins 15 minutes, le temps de préparer les légumes.
2. Pelez les gousses d'ail et écrasez-les du plat du couteau. Pelez et ciselez l'oignon en petits cubes. Coupez le piment en fines lanières.
3. Lavez le poivron, coupez-le en deux et retirez toutes les graines et les parties blanches. Découpez en fines lanières et réservez.
4. Lavez les tomates, retirez le pédoncule et coupez-les en tranches fines.
5. Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites-y revenir les oignons, le piment et l'ail à feu vif.
6. Ajoutez le poisson en coupant les morceaux en 4 et les crevettes. Laissez cuire en retournant régulièrement pendant 2-3 minutes.
7. Ajoutez le poivron, les tomates et le cerfeuil effeuillé. Baissez le feu et laissez cuire pendant 5 minutes à feu doux.
8. Ajoutez enfin le lait de coco et laissez mijoter encore 5 minutes avant de servir.

Notes

Servez votre moqueca de peixe e camarao avec du riz blanc.

www.cuisine-addict.com

45 gr noixelles

170 + 1/2 * 8 = 255 gr

600 gr lait noble

45 gr huile

1,5 pincée sel

90 + 30 +

165 choc
noir