

Gambas au curry



Et me revoilà avec des gambas ! Oui en ce moment ma mère aime bien en acheter et je dois avouer que j'aime beaucoup les cuisiner, déjà pour l'odeur lors de la cuisson et au moment de les déguster car c'est vraiment bon ! C'est encore une délicieuse recette remplie de saveurs. Pour ma part, j'ai fait une petite variante car dans la recette initiale c'était des crevettes que j'ai remplacé par des gambas, c'est tout aussi bon ne vous en faites pas. De plus, j'ai remplacé le lait de coco par de la crème fraîche allégée (car avec ma mère c'est vraiment pas notre truc et ça allège aussi la recette). Recette au thermomix.

Pour 4 personnes

Ingrédients:

40g d'huile d'olive

100g d'oignons coupé en deux

1 petit bouquet de persil

3 gousses d'ail

1c. à café de cumin

1c. à café de coriandre en poudre

1c. à café de curry

1c. à café de sel

70g de concentré de tomates

250g de crème fraîche allégée à 3% de MG

Environ 36 gambas

Préparation:

Mettez les gambas dans le Varoma, versez de l'eau dans le bol (environ 500g) et placez le Varoma. Faites cuire à la vapeur les gambas **20min/ Varoma/ vitesse 1**. Laissez refroidir après la cuisson puis décortiquez-les (vous pouvez laisser la queue). Réservez.

Lavez le bol. Mettez-y l'huile d'olive, les oignons, le persil et les gousses d'ail, hachez 10sec/ vitesse 5. Raclez les parois du bol à l'aide d'une spatule. Faites rissoler **6min/ Varoma/ vitesse 2**, ôtez le gobelet.

Ajoutez le cumin, la coriandre, le curcuma, le curry et le sel, faites cuire **5min/ 100°/ vitesse 2**, ôtez le gobelet.

Ajoutez le concentré de tomates et la crème fraîche, faites cuire **5min/ 100°/ vitesse 2**. Insérez le gobelet.

Ajoutez les gambas et faites mijoter 6min/ 90°/ fonction sens inverse/ vitesse mijotée.

Versez dans un plat à servir, parsemez de quelques feuilles de persil et servez avec du riz parfumé.