

## Fées Mains by Marjorie



### Poissons et gambas au lait de coco épicé:

**Les ingrédients pour 4 personnes :** 8 gambas cuites – 250g de lotte – 250g de poisson blanc (cabillaud, merlu...) – 3 tomates – ½ poivron vert – 1 oignon – 2 gousses d'ail – 20cl de lait de coco – 3 brins de coriandre – 3 brins de persil – 3 CàC de fumet de poissons – ½ CàC de mélange d'épices (curcuma, curry, piment d'Espelette...) – 2 CàS d'huile d'olive – sel – poivre

Plonger les tomates lavées et incisées en croix à leur base dans une casserole d'eau bouillante durant quelques secondes puis les passer sous l'eau froide. Ôter la peau des tomates et les couper en petits morceaux en retirant leurs pépins.

Laver et sécher le ½ poivron et le couper en petits dés en prenant soin de retirer ses graines.

Mixer l'oignon, l'ail, la coriandre et le persil et les faire revenir dans 1 CàS d'huile d'olive puis ajouter les morceaux de poivron et de tomates. Laisser cuire à feu doux 10 à 15mn puis ajouter le lait de coco et laisser mijoter 10mn.

Pendant ce temps, faire revenir les gambas cuites décortiquées dans 1 CàS d'huile d'olive environ 2mn de chaque côté.

Dans une casserole d'eau ajouter le fumet de poisson et porter à ébullition. Baisser le feu et déposer les morceaux de lotte et de poissons blancs pour les pocher. Laisser cuire à feu doux environ 10mn à couvert.

Ajouter les gambas et les poissons pochés à la préparation. Saler, poivrer et ajouter le mélange d'épices. Laisser chauffer quelques minutes et servir accompagné de riz.

Fées Mains by Marjorie  
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>