

CARI DE CREVETTES AUX COURGETTES

Préparation : 15 min

cuisson : 30 min

4 personnes :

- 1 l d'eau pure pour le riz
 - 2,5 g de sel
 - 160 g de riz
- 17 g d'huile de tournesol
 - 110 g d'oignon
 - 12 g d'ail
- 400 g de tomates pelées en boîte
 - 2 g de sel
 - 0,5 g de poivre
 - 230 g de courgette
- 1 g de thym frais ou séché
 - 2 g de curcuma
- 450 g de crevettes crues
- 160 g d'eau pure pour le cary

1. Lavez sous l'eau courante les courgettes.
2. Tracez des sillons réguliers pour obtenir une belle décoration.
3. Coupez en demi-rondelles. Épluchez l'ail, dégermez. Émincez l'ail. Coupez la tige et la racine de l'oignon, épluchez.
4. Lavez sous l'eau courante. Coupez en demi rondelles l'oignon. Pelez et déveinez les crevettes en coupant le

haut de la crevette avec un ciseau jusqu'à la queue.

5. Retirez la partie noire. Les crevettes sont prêtes, la préparation est terminée.
6. Versez l'eau, le sel, portez à ébullition.
7. Versez en pluie le riz, mélangez. Laissez cuire selon les indications sur le paquet (10/15 minutes).
8. Égouttez et versez l'huile dans le wok. Dès que l'huile est chaude, faites frire à feu moyen l'oignon et l'ail, laissez dorer, puis ajoutez les tomates, salez, poivrez au goût, joindre les courgettes et le thym, mélangez.
9. Dans le wok, ajoutez le curcuma, les crevettes et l'eau. Mélangez, faites cuire environ 15 minutes. Vérifiez la cuisson de la courgette avec les dents d'une fourchette.
10. Goûtez, rectifiez l'assaisonnement.
11. Préparez la décoration du plat de service et servir aussitôt.