

Curry de lotte et fruits de mer

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 400 g de crevette royales,
- 400 g de grosses noix de Saint-Jacques avec corail,
- 600 g de queue de lotte,
- 300 g d'oignons émincés,
- ½ ananas coupé en morceaux,
- ½ mangue coupée en morceaux,
- 20 cl de lait de coco,
- 2 yaourts brassés,
- 1 c. à s. de poudre de curry (mild),
- 4 c. à s. d'huile (ou de beurre clarifié),
- 6 brins de coriandre,
- sel, poivre.

Préparation et cuisson : 30 min.

Dans une poêle, faire fondre les oignons avec 1 c. à s. d'huile, une vingtaine de minutes à feu doux.

Pendant ce temps, Plonger les crevettes (fraîches ou surgelées) dans un faitout d'eau bouillante salée ; compter 5 minutes de cuisson à la reprise de l'ébullition.

Dans le même temps, faire sauter les noix de Saint-Jacques dans 1 c. à s. d'huile, 1 minute sur chaque face à feu vif. Réserver.

Débiter la lotte en bouchées, les faire sauter à leur tour dans 1 c. à s. d'huile, 2 minutes à feu vif. Réserver.

Égoutter les crevettes et les passer sous l'eau froide. Les décortiquer.

Dans une cocotte, faire dorer quelques minutes dans 1 c. à s. d'huile les morceaux d'ananas et de mangue. Ajouter le lait de coco, la fondue d'oignons, saler, poivrer, parsemer de curry et laisser mijoter 5 minutes à feu doux. Ajouter ensuite les yaourts et mélanger encore. Baisser le feu autant que possible.

Ajouter les crevettes, ainsi que les Saint-Jacques et la lotte, à la sauce au curry. Réchauffer quelques minutes, parsemer de feuilles de coriandre et servir aussitôt, avec du riz par exemple.

Remarques : On peut tout à fait utiliser d'autres crustacés (par exemple, des queues de homard et de langoustes), ou d'autres poissons à condition qu'ils se tiennent bien à la cuisson.