CREVETTES AUX FRUITS DE LA PASSION

Mardi 08 Novembre 2016

Pour un repas d’anniversaire, une entrée légère, colorée et fruitée :

Crevettes aux fruits de la passion pour 2 personnes et 3 pp- 2 sp par part

-120 g de crevettes roses décortiquées *

-1 belle endive*

-1 kiwi gold*

-1 kaki persimon*

-2 fruits de la passion *

-2 cuillères à café d’huile de colza

-ciboulette*

-1 soupçon de sel

Préparer la vinaigrette : couper en 2 les fruits de la passion, récupérer la pulpe et la passer au chinois pour ôter les graines. Rajouter l’huile et le soupçon de sel.

Passer l’endive sous l’eau, l’éponger, la couper en rondelles et répartir dans 2 assiettes individuelles.

Peler les fruits, les couper en petits dés et les rajouter comme les crevettes.

Saupoudrer de ciboulette émincée

Napper de vinaigrette au moment de servir

Pour le repas : crevettes aux fruits de la passion (3 pp- 2 sp) –gambas flambées (5pp- 3 sp) –gâteau de pâtissier (pp- sp ?)-Repas crevettes petites ou grosses et pas de féculents , le gâteau compense pour une fois.

Très bon mardi