

Fricassée de crevettes à l'orange

Les ingrédients pour 6 personnes :

60 grosses crevettes roses (décortiquées en laissant le dernier anneau)
4 oranges
2 carottes
1 poireau
300 g de pois gourmands (j'ai eu la chance d'en trouver des frais)
1 bouquet garni
12 gousses d'ail (j'en ai mis 10)
1 verre de vin blanc
1 verre de fumet de poisson
Huile d'olive
150 g de beurre plus 50 g (j'en ai mis moins comme d'habitude)
Sel et poivre

Amener à ébullition dans une casserole le fumet avec le vin blanc. Pendant ce temps détailler carottes et blanc de poireaux en petits morceaux. Mettre le tout dans la casserole avec les gousses d'ail non pelées. Cuire à petits bouillons jusqu'à réduction de moitié. Passer ensuite le tout au chinois en pressant bien et réserver dans une casserole.

Cuire 10 mn dans une casserole d'eau salée les pois gourmands (ceux que j'avais étaient très fins et je les ai cuits un peu moins longtemps puis passés sous l'eau froide pour fixer la couleur verte).

Prélever le zeste des oranges puis les peler à vif.

Faire chauffer les 50 g de beurre (j'ai du en mettre 25 g) avec de l'huile d'olive dans une grande poêle. Lorsque le tout est bien chaud y faire revenir quelques instants les crevettes. Les remplacer par les zestes et les quartiers d'oranges. Laisser cuire quelques minutes (1 mn suffit largement pour moi). Baisser le feu, ajouter les pois gourmands, remettre les crevettes et laisser réchauffer le tout.

Réchauffer le fond de sauce et incorporer les 150 g de beurre froid en dés en fouettant (j'ai mis une quantité suffisante pour avoir une sauce veloutée mais certainement pas toute la quantité indiquée).

Disposer dans les assiettes les crevettes, pois gourmands et oranges et napper de sauce. Servir avec du riz.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>