

Soupe de carottes et crevettes grillées

Ingrédients : 1 recette pour deux

750 g de carottes

18 crevettes crues

1 poivron rouge

1 poivron vert

3 citrons vert

3 échalotes

7 brins de coriandre

15 g de beurre

1 bouillon de légumes

15 cl de lait de coco

3 c à soupe d'huile d'olive

2 c à café de curry

sel, poivre

Préparation :

Épluchez les carottes et coupez-les en tronçons. Puis pelez et émincez -les échalotes, pressez 2 citrons.

Chauffez 1 c soupe d'huile dans une casserole. Faites-y revenir les échalotes 3 mn puis ajoutez les carottes et poursuivez la cuisson 5 mn en remuant.

Versez le bouillon ,le jus de citron et le curry. Salez, poivrez et cuisez 25 mn à partir de l'ébullition . Mixez la soupe, filtrez-là et ajoutez le lait de coco. Redonnez quelques coups de mixeur et réservez au chaud.

Pelez les poivrons et taillez la chair en petits dés. Décortiquez les crevettes et piquez-les 3 par 3 sur des brochettes. Rincez, séchez, puis effeuillez la coriandre.

Faites cuire le poivron et les crevettes 4 mn dans une poêle avec l'huile restante et le beurre en retournant les brochettes à mi-cuisson. Ajoutez la coriandre.

Répartissez la soupe puis les brochettes et le poivron dans les bols. Servez avec des quartiers de citron.

Une bonne soupe après les fêtes pour nettoyer le foie !!!!!!!!!!!!!!!