

GAMBAS AU SUCS D'ORANGE CAROTTES DES SABLES ET GINGEMBRE, FEVETTES CRUES



Facile

Préparation: 20 mn

Cuisson: 10 mn (5 + 5)

Pour 4 personnes:

20 gambas crues surgelées

6 gousses de fèves (petites)

3 carottes des sables (moyenne)

Un morceau de gingembre gros comme une olive niçoise

4 petits oignons nouveaux ou ciboule avec un peu de vert

Le jus d'1 orange

1 noisette de beurre et un filet d'huile d'olive

Sel et poivre

Râper très finement le gingembre et le blanchir une minute. Jeter l'eau et réserver. Râper les carottes aussi finement les mélanger au gingembre et réserver. Presser l'orange et faire cuire les carottes dans le jus 1 minute, assaisonner de sel. Filtrer pour récupérer le jus de cuisson et le faire réduire pour en avoir l'équivalent de 2 càs rases. Remettre les carottes dans le jus et réserver (cette opération peut-être faite à l'avance).

Ecossez les fèves et dérober (enlever la peau) de chacune d'elles. Réserver.

Finition et dressage:

Émincer les oignons en longueur et les poêler très rapidement à feu vif pour qu'ils dorent mais restent croquants. Réserver.

Chauffer à sec une poêle à fond assez épais pour snacker les gambas, les cuire rapidement et les assaisonner. Pendant la cuisson des gambas, réchauffer doucement les carottes et les oignons. Disposer les carottes en ligne sur les assiettes déposer les crevettes dessus. Mettre deux petits "tas" d'oignons et parsemer de quelques fèves fraîches.