

## Poêlée de queues de crevettes aux légumes



Plat **Facile**

**Pour** : 2 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 40 mn

*Une recette faite avec des restes à ma façon... et bien relevée avec les épices...*

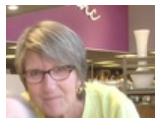
### Ingrédients

- 450 g de queues de crevettes surgelées
- 2 filets de cabillaud surgelés
- 2 courgettes
- 2 tomates
- 1 oignon rouge
- 2 gousses d'ail
- carottes
- poireaux
- 1 bouquet de coriandre
- 5 cl de vin blanc sec
- 10 cl de crème liquide
- 2 cc de curcuma
- sel
- poivre du moulin

### Préparation

- 1 Epluchez les légumes et coupez-les en morceaux. Emincez l'oignon et les gousses d'ail. Ciselez le bouquet de coriandre.
- 2 Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon avec un peu d'huile. Ensuite, ajoutez les légumes, l'ail, la coriandre, le vin blanc sec. Salez et poivrez. Faites cuire 20 minutes.
- 3 Pendant ce temps, décortiquez les queues de crevettes, rincez-les, coupez le cabillaud en morceaux et ajoutez-les aux légumes. Laissez mijoter 15 minutes.
- 4 Dans un bol, mélangez le curcuma avec la crème liquide et ajoutez aux légumes et poissons. Laissez réduire et servez.

Proposé par



**Gigi**

bonjour ,j'aime les plats simples ,mijotés et savoureux comme je les cuisine chez moi en Belgique.

visitez mon blog et laissez moi vos commentaires  
.merci//simplementgigi.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

