

Duo de crevettes et pétoncles au beurre de fleur d'ail à l'huile de coco

Salsa :

1. Préparer une petite salsa avec des tomates coupées en dés, de la mangue, du vinaigre balsamique blanc, un filet d'huile d'olive, du sel, du poivre, du cari.
2. Déposer ce mélange dans de petites coupes ou de petits bols.

Pétoncles :

1. Choisir de beaux gros pétoncles. Compter 3 pétoncles par personne. Il est plus facile de les faire cuire sans qu'ils durcissent.
2. Retirer le muscle qui retient le pétoncle. Celui-ci devient trop coriace à la cuisson.
3. Bien éponger les pétoncles.
4. Faire chauffer votre poêle et y faire fondre le beurre de fleur d'ail à la noix de coco.
5. Ajouter les pétoncles, et les laisser griller environ 2-3 minutes selon la grosseur. Pas plus. Les retourner et continuer la cuisson que pour quelques secondes.
6. Il ne vous reste plus qu'à les saler et les servir.

Crevettes :

1. Compter 3 grosses crevettes grises décortiquées avec la queue par personne.
2. En même temps, dans une autre poêle, faire chauffer à nouveau du beurre à la fleur d'ail à l'huile de coco.
3. Faire cuire vos crevettes jusqu'à ce qu'elles deviennent roses.

Servir accompagnée de citron et de la salsa.