



Les plats principaux

Poivron fraci diabolique

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 cuillères à soupe de purée de tomate
100 millilitres de bouillon de poisson
24 scampi's (nettoyés et épluchés)
3 cuillères à soupe de chapelure
250 millilitres de crème de coco
100 millilitres de vin blanc
125 grammes riz
1 chili rouge (haché fin)
1 tomate (grosse)
4 piments pointus
1 oignon (ciselé)
2 gousses d'ail
2 carottes
2 cuillères à soupe de persil (haché fin)
1 cuillère à café de poivre de cayenne
1 cuillère à café poudre de paprika
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Cuisez le riz à point dans de l'eau légèrement salée. Épluchez et coupez les carottes en petits cubes. Coupez aussi la tomate en cubes. Salez et poivrez les scampis et cuisez-les brièvement dans de l'huile d'olive. Retirez-les de la poêle.

Dans la même poêle ajoutez un peu d'huile d'olive et cuisez l'oignon, l'ail pressé, le piment, les cubes de carottes et de tomate durant 2 minutes. Ajoutez la purée de tomate, assaisonnez avec le paprika et le poivre de Cayenne et cuisez encore 2 minutes. Déglacez avec le vin blanc et le bouillon et faites réduire de moitié.

Ajoutez la crème de coco et laissez la sauce réduire un peu. Remettez les scampis dans la poêle et ajoutez le riz cuit. Goûtez et salez éventuellement.

Préchauffez le four à 180 °C. Coupez les poivrons pointus en deux dans la longueur et enlevez les graines. Déposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et farcissez la moitié des poivrons coupés

en deux avec les scampis diaboliques. Saupoudrez de chapelure et enfournez 20 minutes. Parachevez avec le persil et refermez les poivrons avec les autres moitiés.

Ustensiles de cuisine

Four

