



Les plats principaux

Pâtes papillon et brochettes de scampis au curry

Pour 4 personnes.

Ingrédients

320 grammes de pâtes (papillon)
16 scampi's (gros)
300 grammes petits pois (surgelés)
1 oignon rouge (finement ciselé)
2 avocats (en dés)
1 mangue (en dés)
1 citron vert (le jus)
1 cuillère à café de curry en poudre
coriandre (fraîche)
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Enfilez les scampis par 4 sur un bois à brochette. Mélangez 2 cs d'huile d'olive avec le curry en poudre et mettez les brochettes dans la marinade. Réservez au frigo pendant 10 minutes.

Cuisez les pâtes en suivant les indications de l'emballage, égouttez-les et rincez-les à l'eau froide.

Mettez les petits pois 2 minutes dans de l'eau bouillante, rincez-les à l'eau froide puis mélangez-les avec la mangue, l'avocat, le citron et l'oignon rouge.

Mélangez-y les pâtes avec un peu d'huile d'olive puis salez et poivrez.

Cuisez les brochettes de scampis bien dorées des deux côtés et servez avec la salade de pâtes et de la coriandre fraîche.

