



Les plats principaux

Saganaki à la grecque avec scampis

Pour 4 personnes.

Ingrédients

400 grammes scampi's
1 cuillère à soupe de sauce soja
1 cuillère à soupe de sucre brun
1 cuillère à soupe de farine
200 grammes de feta
1 tiret d'Ouzo
10 tomates (mûres, épluchées, épépinées, en dés)
2 échalotes (hachées finement)
2 tiges de céleri (en morceaux)
2 cuillères à soupe de menthe (haché)
2 cuillères à soupe de persil (haché)
2 gousses d'ail (écrasées)
1 feuille de laurier
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Épluchez les scampis et enlevez l'intestin. Préchauffez le four à 175°C.

Chauffez 1 cs d'huile d'olive et faites-y revenir la moitié des échalotes et les gousses d'ail. Ajoutez les scampis et cuisez 2 minutes. Déglacez avec l'ouzo puis saupoudrez la farine. Mélangez bien le tout. Mettez les scampis dans une assiette profonde et réservez-les.

Chauffez de nouveau 1 cs d'huile d'olive et faites-y revenir le reste des échalotes. Ajoutez les dés de tomate, le céleri, le sucre, le laurier et la sauce soja. Salez et poivrez. Faites réduire à feu doux jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse. Ajoutez les scampis et mettez le tout dans un plat résistant au feu. Couvrez avec les tranches de feta et enfournez 10 à 15 minutes. Avant de servir saupoudrez avec la menthe et le persil.

Astuce:

Servez-le avec du pain turc croquant ou des petits pains pitta grillés.

Ustensiles de cuisine

Four

