

# Curry vert de perche et crevettes

## Ingrédients pour 4 personnes :

- 400 g de filets de perche
- 250 g de crevettes décortiquées
- 3 CS de pâte de curry vert
- 3 oignons nouveaux
- 1 courgette
- 1 aubergine
- 200 ml de lait de coco
- le jus d'un citron vert
- coriandre fraîche
- 1 cc d'huile

## Instructions :

Faire revenir les oignons émincés dans l'huile jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter alors la pâte de curry vert et faire chauffer quelques minutes. Verser ensuite progressivement le lait de coco en remuant. Quand le mélange est homogène, ajouter les légumes coupés en petits cubes et laisser cuire environ 10 minutes.

Ajouter alors le poisson coupé en cubes et les crevettes décortiquées et laisser cuire 15 minutes. Parsemer de coriandre ciselée et servir avec du riz.



Delices d'épices - Tous droits réservés



sans gluten



sans lactose



sans oeufs