

Brochette de Crevette à l'ananas

Entrée



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion : 290.25 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 1.0 gr Ananas
- 20.0 gr Beurre
- 1.0 u Jaune d'oeuf
- 150.0 gr Chapelure
- 30.0 gr Sucre
- 1.0 cs Curry
- 1.0 cs Huile d'Olive
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre
- 200.0 gr Crevettes roses décortiqué

Saveur exotique...

Préparation des crevettes

Décortiquer les et enlever la veine centrale.

Préparation de l'ananas

Eplucher et enlever les yeux de l'ananas. Découper des tranches, puis découper les en gros dés.

Préparation de la chapelure

Dans un saladier, mélanger la chapelure et le curry. Y passer les crevettes de façon à les enrober de cette préparation

Dans un bol, mettre le sucre pour y passer les carrés d'ananas et les enrober de sucre.

Préparation des brochettes

Sur des pics à brochette, enfiler alternativement des crevettes et des cubes d'ananas.

Cuisson

Dans un poêle, faire fondre le beurre avec la cuillère d'huile pour y faire dorer les brochettes.
Faire dorer chaque côté: 5min.

Dégustation

A servir à l'apéritif ou en entrée avec une salade d'agrumes.