

Spaghetti aux Crevettes et crème de Poireau

Plat chaud



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :10 min

Temps de cuisson/repos :15 min

Calories par portion : 512 Kcal

Charge glycémique par portion: 0.18

Les ingrédients

- 400.0 gr Spaghetti
- 400.0 gr Crevettes roses décortiquées
- 200.0 gr Poireau (blanc)
- 2.0 cs Crème Fraiche 30pc
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre
- 2.0 cs Huile d'Olive

Préparation des crevettes

Décortiquez les crevettes, et enlevez la veine centrale noire à l'aide d'un couteau.

Préparation des légumes

Lavez les blanc de poireau et coupez en fins tronçons.

Cuisson

Faire bouillir de l'eau salée dans une casserole pour faire cuire les spaghetti.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile et faire suer les poireaux. Puis ajoutez les crevettes décortiquées. Salez et Poivrez à votre convenance. Ajoutez la crème fraîche.

Passez les spaghetti, les remettre dans la casserole et y incorporer la crème de poireaux aux crevettes.

Présentation

Servir aussitôt avec du parmesan râpé.