

5
15

Bruschetta de crevettes nordiques

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

10 minutes

TEMPS DE CUISSON

6 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 257; protéines 12 g; matières grasses 15 g; glucides 19 g; fibres 1 g; fer 2 mg; calcium 36 mg; sodium 516 mg



Ces petites bouchées aux crevettes toutes simples à préparer en raviront plus d'un!

Ingrédients



Pain baguette 1/2, coupé en 12 tranches



Crevettes nordiques 200 g (333 ml)



Poivron rouge 1, coupé en dés



Oignons verts 30 ml (2 c. à soupe), hachés



Coriandre fraîche 30 ml (2 c. à soupe), hachée

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

Prévoir aussi:

- 60 ml (1/4 de tasse) d'huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe), haché d'ail

Préparation

- 1 Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
- 2 Dans un bol, mélanger 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive avec l'ail.
- 3 Badigeonner les tranches de pain d'huile parfumée, puis les déposer sur une plaque de cuisson. Cuire au four de 6 à 8 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
- 4 Dans un bol, mélanger les crevettes avec le poivron, les oignons verts, la coriandre et le reste de l'huile d'olive. Saler et poivrer.
- 5 Garnir les croûtons du mélange de crevettes. Servir aussitôt.