



## Sauté piquant aux crevettes et à la noix de coco

 PRÉPARATION : 20 MIN

Voici un sauté d'inspiration asiatique : des crevettes nappées d'une riche sauce à la noix de coco parfumée à la lime.

### Qu'est-ce qu'il me faut ?

4 PORTIONS

- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1/2 tasse de vinaigrette Lime piquante à l'italienne *Kraft*
- 1 tasse de lait de noix de coco
- 4 oignons verts, tranchés finement, divisés
- 1 lb (450 g) de grosses crevettes nettoyées surgelées, non cuites, décongelées
- 1/4 tasse de coriandre fraîche hachée
- 2 2/3 tasses de riz blanc à grain long cuit, chaud

### Que dois-je faire ?

#### Étape 1

Cuire l'ail et la vinaigrette dans un wok ou dans une grande poêle antiadhésive à feu mi-vif 2 min, en remuant souvent. Incorporer le lait de noix de coco et la moitié des oignons verts. Porter à ébullition à feu mi-vif; laisser mijoter à feu moyen 5 min ou jusqu'à ce que le mélange épaississe, en remuant constamment.

#### Étape 2

Ajouter les crevettes; faire sauter de 2 à 3 min ou jusqu'à ce qu'elles rosissent. Retirer du feu.

#### Étape 3

Incorporer la coriandre et le reste des oignons verts. Accompagner du riz.

## Conseils des Cuisines Kraft

### Présentation suggérée

Accompagnez ce plat de quartiers de lime.

### Substitution(s)

Pour varier, préparez la recette avec des pétoncles surgelés décongelés.

## { Nutrition }

<b>Calories</b>	<b>410</b>
% valeur quotidienne	
Matières grasses 19 g	29 %
Matières grasses saturées 11 g	55 %
Cholestérol 170 mg	
Sodium 500 mg	21 %
Glucides 36 g	12 %
Fibres alimentaires 1 g	4 %
Sucres 3 g	
Protéines 26 g	
Vitamine A	8 %
Vitamine C	15 %
Calcium	10 %
Fer	30 %

## Portions

4 portions de 1 1/4 tasse (300 ml) chacune

Les renseignements sur la nutrition sont estimés sur la base des ingrédients et du mode de cuisson propres à chaque recette, et ne sont fournis qu'à des fins d'information seulement. Veuillez noter que les données concernant la nutrition peuvent varier en fonction des modes de préparation, ainsi que de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients utilisés.

# Évaluations et commentaires

## Coup d'œil ÉCRIRE UN COMMENTAIRE évaluations

Moyenne 5

5	★	1
4	★	0
3	★	0
2	★	0
1	★	0

1 à 3 Commentaires Trier - Plus Haut au plus Bas ▼



Invité - il y a 8 mois

**Cette recette est tout simplement délicieuse! Bien sûr, il faut aimer manger des plats avec des saveurs**

Cette recette est tout simplement délicieuse! Bien sûr, il faut aimer manger des plats avec des saveurs du monde. Le mélange de cette délicieuse vinaigrette avec le lait de coco et la coriandre est tout simplement extra! Mon mari et moi avons adoré cette recette, que je vais conserver dans mon cahier des recettes préférées. C'est à refaire!

