

DOUGLAS EN APÉRITIF : GRANDES CREVETTES MARINÉES - SAUCE AIGRE-DOUCE & CRISTAUX DE SUCRE AU DOUGLAS



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
épinés de douglas	30 g
grandes crevettes	12 pc
Poivron vert	200 g
poivron rouge	200 g
oignons coupés	200 g
sucre	100 g
vinaigre de vin rouge	10 cl
fond de volaille ou bouillon de légumes	15 cl
huile arachide ou olive	3 càs
Sel, poivre	
sucre	50 g

Préparation

1. Hacher 20 g d' épinés de Douglas dans un peu d'huile (1càs)

2. Laisser mariner au frais les grandes crevettes - 1 nuit

Sauce aigre-douce :

2. Faire suer les oignons, ajouter ensuite les poivrons en remuant avec une spatule

3. Après 5 à 10 minutes, ajouter le sucre et laisser cuire en remuant jusqu'à ce que les légumes caramélisent légèrement

4. Déglacer au vinaigre de vin rouge en remuant et laisser frémir à feu moyen pour réduire le liquide des 2 tiers.

5. Mouiller avec le bouillon et laisser cuire jusqu'à ce que la sauce nappe légèrement le dos d'une cuillère.

6. Sel & Poivre

Sucre au Douglas :

1. Hacher très finement 10 gr d'épines de Douglas dans 50 gr de sucre

2. Déshydrater le sucre au Douglas soit au déshydrateur soit au four max 40 ° --> durée ~ 20 à 30 min

3. Réserver les gros cristaux formés pour la garniture

Service en apéritif :

1. Dans une poêle, faire revenir pendant quelques minutes les grandes crevettes marinées en les retournant régulièrement afin qu'elles restent bien croquantes et juteuses.

2. Servir dans une petite assiette quelques crevettes cuites avec la sauce aigre-douce parsemée de quelques cristaux de sucre au Douglas.
