

# SCAMPIS AU PLANTAIN MARINÉS À L'HUILE DE BERCE ET CAROTTE SAUVAGE - SAUCE VIETNAMIENNE PARFUMÉE AUX LIERRES TERRESTRES



## Ingrédients pour 6 brochettes pour zakouski

| Ingrédient                    | Quantité |
|-------------------------------|----------|
| scampis                       | 6 pièces |
| Graines de carotte sauvage    | 100 g    |
| Graines de berce              | 50g g    |
| huile de pépins de raisins    | 100 ml   |
| feuilles de plantain lancéolé | 6 pièces |
| sel et poivre                 |          |
| Fish sauce                    | 50 ml    |
| eau                           | 50 ml    |
| sucre                         | 1 cas    |
| Jus de citron                 | 1 cas    |
| Carotte                       | 1 pièce  |
| cocombre                      | 1 pièce  |
| feuilles de lierre terrestre  | 100 g    |
| ail                           | 1 g      |

## Préparation

1. Décortiquer les scampis et retirer le tube digestif.

2. Mixer les graines de berce et carotte sauvage dans l'huile, laisser infuser 30 minutes et filtrer. Ajouter 1càc de cette huile parfumée au scampis, saler et poivrer légèrement et laisser mariner une nuit au frais.

---

---

3. Laver les feuilles de plantain, enrober et embrochez chaque scampis.

---

---

4. Griller puis badigeonner d'huile parfumée avant de servir.

---

---

5. On peut servir ces scampis sur un lit de chips de feuille de plantain

---

---

6. Pour la sauce: Couper en Julienne la carotte et concombre. Y ajouter la sauce de poisson, l'eau, le jus de citron, le sucre et une pointe d'ail pressé. Laisser mariner une nuit au frais. Prendre le jus et y mixer le lierre terrestre, filtrer et remettre ce jus parfumé avec les carottes et concombre. Tremper les scampis dans la sauce pour la dégustation

---

---