

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	50 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
-
-