

CUISINE

● Apéritif ● Cocktail ● Entrée ● Plat ● Dessert

RECETTES DE
MATHEU SCHERRER,
CHEF DU RIVER CAFE,
146, QUAI DE
STALINGRAD, 92130
ISSY-LES-MOULINEAUX,
TEL.: 01.40.93.50.20.



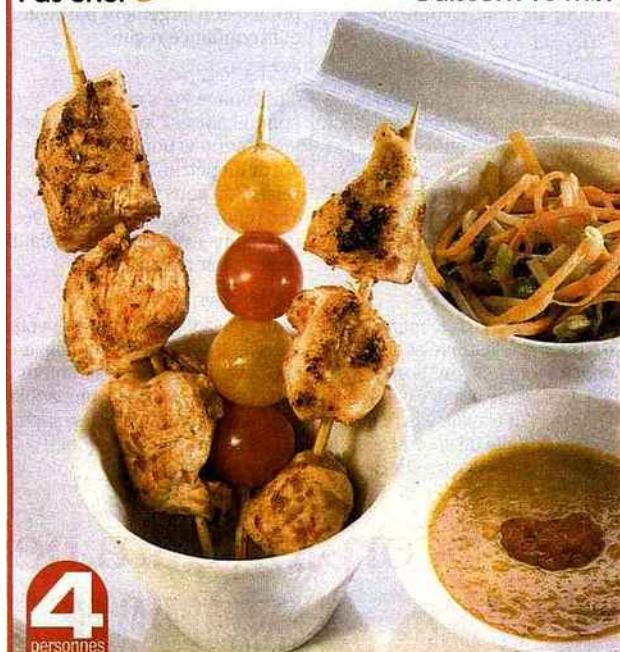
NOUVEAU
Télé Star Cuisine **0,95€**
En plus de Télé Star
* Soit Télé Star 1,05 €
+ Télé Star Cuisine 0,95 € = 2 €

Brochettes tendance exotique

Poulet au curry rouge, cacahuètes et coco

Facile ✨
Pas cher €

Préparation : 20 min
Cuisson : 15 min



4
personnes

- 4 filets de poulet fermier ● 3 carottes ● 150 g de pousses de soja ● 1/2 botte d'oignons nouveaux ● huile d'olive
- Sauce : 50 g de cacahuètes salées ● 20 cl de lait de coco
- 10 g de pâte de curry rouge (en bocal) ● 1/2 botte de coriandre ● 1 trait de vinaigre blanc ● sel, poivre.

1 Préparer le poulet.
Coupez les filets de poulet en cubes et mettez-les à mariner dans le curry rouge mélangé à de l'huile d'olive et du sel. Piquez les morceaux de poulet sur des brochettes en bois.

5 min dans un peu d'huile d'olive. Ajoutez la moitié de la coriandre. Salez, poivrez.

2 Poêler les légumes.
Lavez et égouttez bien les pousses de soja. Râpez les carottes, émincez finement les oignons nouveaux et poêlez le tout à feu très vif à peine

3 Dresser. Dans un petit mixer, broyez les cacahuètes, ajoutez le lait de coco, le curry rouge, le vinaigre et le reste de coriandre hachée. Salez. Dégustez avec les brochettes grillées 8 min au barbecue et les légumes croquants.

Truc

Enveloppez les brochettes grillées dans du papier aluminium pour les garder au chaud.

Conseil

Si vous n'avez pas de barbecue, passez le poulet à la poêle et terminez la cuisson 5 min au four (th. 6).

Boisson

Un bandol rosé Château Romassan 2008.

*L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.

Gambas, menthe fraîche et coulis de tomate

Facile ✨
Festif €€€€€

Préparation : 20 min
Cuisson : 35 min



4
personnes

- 8 grosses gambas ● 1/2 concombre ● 1 poivron rouge
- 4 tomates bien mûres ● 1 botte de menthe ● 5 cl de vinaigre de xérès ● 1 c. à soupe de sauce Worcestershire ● sel
- légumes de saison au choix : asperges, carottes, fèves.

1 Préparer les brochettes. Décortiquez les gambas en gardant la tête. Coupez 8 tranches épaisses de concombre et 8 rectangles de poivron. Déposez sur les piques de bois une tranche de poivron et de concombre entre la tête et la queue des gambas.

cuire l'ensemble à feu doux 30 min. Mixez en ajoutant le vinaigre, la sauce Worcestershire (sauce anglaise épicée) et du sel. Laissez refroidir puis ajoutez 3 feuilles de menthe. Mixez et réservez au frais.

2 Faire la sauce. Enlevez le pédoncule des tomates et coupez-les en 4. Versez dans une casserole, ajoutez le reste de poivron et faites

3 Dresser. Grillez les brochettes de gambas pas plus de 5 min. Servez avec la sauce tomate-menthe et accompagnez de légumes croquants à l'eau : asperges, carottes, fèves...

Truc

Vous pouvez remplacer la sauce Worcestershire par de la sauce soja.

Conseil

Accompagnez aussi avec du riz blanc Basmati.

Boisson

Un pouilly fumé, Domaine Seguin, 2008.

PHOTOS: MAND

DOMINIQUE REMONDIN