Isabelle Jamin - Cabinet Naturabelle



64, rue Jean Bernard 55000 BAR-LE-DUC isabelle.jamin@jamest.fr 06 64 87 29 90 https://isabellejamin.fr

ENTRÉE

Mousse de crevettes









Durée total réalisation : 30 mn

Temps préparation : 15 mn
Temps repos : 15 mn
Temps cuisson : mn

Ingrédients (pour 4 Pers.) :

- 250 g de crevettes roses
- 100 g de champignons de Paris
- 50 g de poireaux
- 100 g d'estragon
- 4 cuillerées à soupe de crème de soja

Préparation de la recette :

Étane

Cuire les poireaux émincés et les champignons 15 minutes à la vapeur.

Etape 2

Si vous avez la chance de trouver des crevettes crues, les cuire 10 minutes à la vapeur. Sinon, placer les crevettes cuites 1 minute à la vapeur.

Étape 3

Les décortiquer puis les passer au mixeur avec les légumes cuits, la crème de soja et l'estragon haché.

Étape 4

Servir dans des petits ramequins, ou en napper un poisson vapeur de votre choix.