

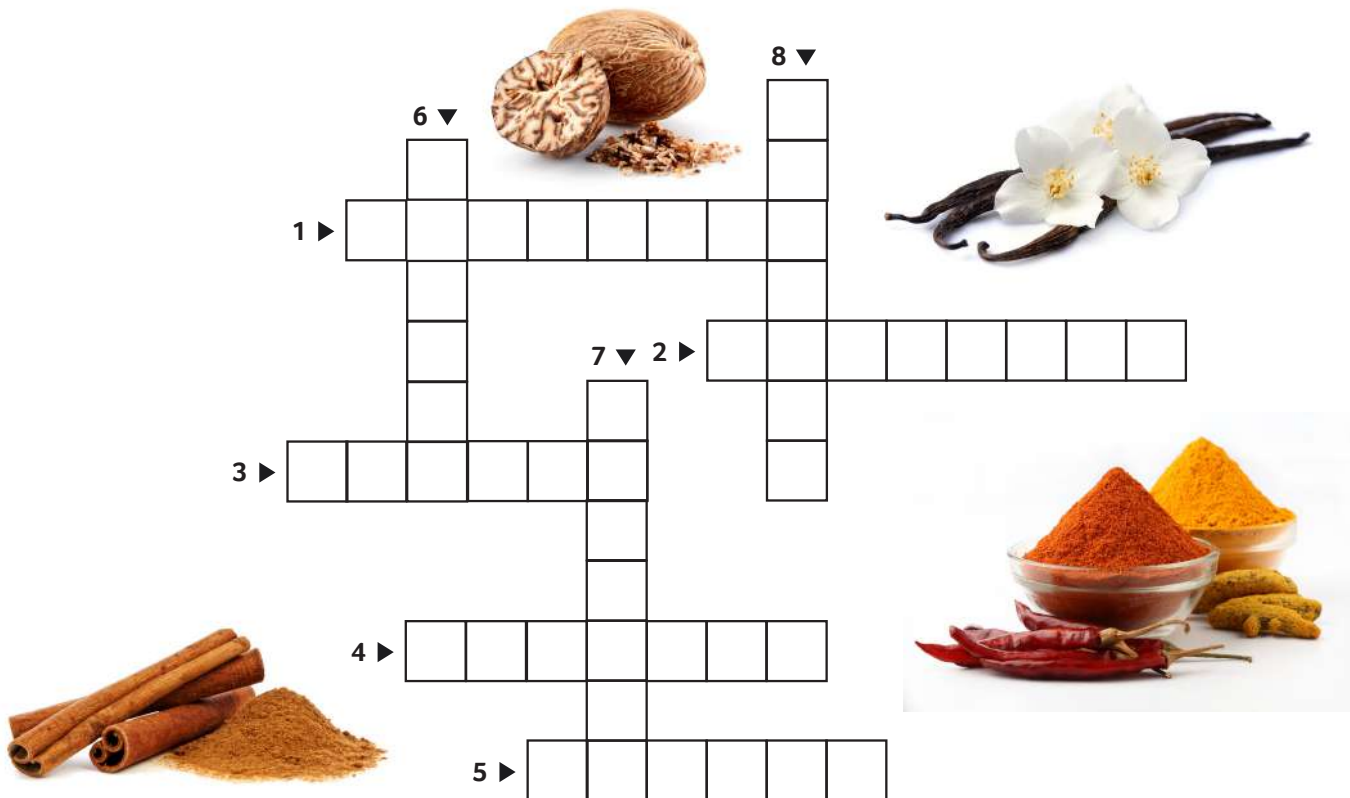
La recette du jour

Semaine du goût 2021

Curry de cabillaud

A vous de jouer !

Remplissez ces mots croisés autour du thème des épices.



- 1) Plat emblématique d'Afrique du Nord à base de semoule, relevé avec de l'harissa
- 2) Issue du cannelier, cette épice est souvent utilisée pour aromatiser des gâteaux
- 3) Plat espagnol à base de riz parfumé et coloré avec du safran
- 4) Cette épice provenant d'une gousse est souvent utilisée pour aromatiser des desserts : yaourts, crèmes dessert, gâteaux, glaces...
- 5) Cette épice très couteuse vient d'une fleur appelée crocus sativus et donne une teinte jaune aux aliments
- 6) Epice obtenue à partir de baies de poivriers
- 7) Petit piment doux originaire d'Amérique du Sud, au goût légèrement sucré et pimenté
- 8) Une fois râpée, cette noix est idéale pour aromatiser la purée de pommes de terre





RECETTE : CURRY DE CABILLAUD

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 6 dos de cabillaud
- 200g d'ananas
- 90g d'échalote
- 30ml d'huile olive
- 120ml de lait de coco
- 20g de concentré de tomate
- Sel, poivre, curry

Préparation :

Découpez le poisson en cubes.
Coupez l'ananas en cubes.
Faites revenir les échalotes et l'ananas dans un filet d'huile, puis ajoutez le curry et le concentré de tomate.
Ajoutez le lait de coco.
Ajoutez les dés de poisson et laissez cuire à feu doux 10 minutes.
Servez bien chaud et ajoutez la coriandre ciselée avant le service.

