



Spaghetti de courge aux crevettes au miel

Temps de préparation: 30 minutes

Niveau: facile

Ingrédients pour 2 personnes:

200g de crevettes Black Tiger ASC
250g de Spaghetti
4 cuillères à soupe de miel
2 cuillères à soupe de sauce soja
1 grande gousse d'ail, pelée et pressée
1cm de piment rouge frais, haché finement
ou ½ cuillère à café de piment en flocons
400g de courge musquée
40g de beurre
2 noisettes de beurre
2 tranches de pains complets grillées
Une pincée de gros sel, une pincée de sel
50g de Parmigiano Reggiano
De l'origan frais



Préparation :

1. Faites décongeler les crevettes à température ambiante pendant environ 1 heure. Dans un bol mélangez le miel, la sauce soja, l'ail pressé et le morceau de piment haché. Retirez 4 cuillères à soupe du bol et réservez. Dans la sauce restante faites mariner les crevettes. Laissez reposer jusqu'à utilisation ultérieure.
2. Préparation de la courge : Nous allons utiliser la partie près de la tige, car elle n'est pas creuse à cet endroit. Séparez la courge en deux horizontalement afin d'obtenir 400g de pulpe. Grâce à un « découpe-spirales », épluchez la chair en fils de spaghetti. Vous pouvez également utiliser un éplucheur, éplucher des morceaux et les couper en fines tranches.
3. Préparation du beurre noire : Faites chauffer 40g de beurre dans une casserole à feu doux, jusqu'à ce que le beurre mousse. Remuez constamment à feu doux, jusqu'à ce que de petits flocons se forment et qu'une odeur de noisette torréfiées se dégage. Retirez du feu.
4. Pendant que vous portez une grande casserole d'eau à ébullition, préparez le croquant : Faites fondre une généreuse noisette de beurre dans une casserole. Émiettez deux tranches de pain complet et faites revenir jusqu'à ce que les miettes de pain croustillent. Salez légèrement et retirez de la poêle. Ajoutez une autre noisette de beurre dans la même poêle nettoyée. Retirez les crevettes de la marinade et faites-les griller de chaque côté pendant environ une minute.
5. Lorsque l'eau boue, ajoutez une cuillère à soupe de sel et les spaghettis. Les cuire selon indications sur l'emballage et ajoutez les spaghettis de courge 2 minutes avant la fin. Égouttez dans une passoire. Remettez les spaghettis dans la casserole, versez le beurre brun et remuez. Ajoutez la sauce au miel, l'ail, les crevettes caramélisées et le croquant au pain. Servir avec du parmesan fraîchement râpé et des feuilles d'origan frais.