



Brochettes de crevettes courgette, mangue

Temps de préparation: 25 minutes

Niveau: moyenne

Ingrédients pour 4 personnes:

- 16 crevettes d'Equateur crues
- 1 courgette
- ½ mangue
- 8 tomates cerises
- 1 cuillère à café de coriandre écrasée
- 2 gousses d'ail écrasées
- Le zeste d'un citron vert
- Le jus d'un citron vert
- 15 cl d'huile d'olive vierge
- Sel, poivre
- 4 piques à brochettes



Préparation :

Pour les brochettes :

1. Faire décongeler les crevettes la veille ou les faire tremper 1 heure dans de l'eau froide.
2. Couper la courgette en lanières. Éplucher la mangue et la couper en morceaux. Couper les tomates cerises en deux.
3. Monter vos brochettes en alternant les ingrédients selon votre goût.

Pour la marinade :

1. Mélanger l'huile d'olive avec la coriandre, l'ail, le jus et le zeste de citron vert. Saler, poivrer.
2. Verser la marinade sur vos brochettes et laisser mariner 15 minutes minimum et jusqu'à une nuit.
3. Faire cuire les brochettes au barbecue ou à la poêle 2 minutes de chaque côté.