

Artichauts poivrades et crevettes marinés à l'orange et au safran

Préparation 20 mn

Cuisson : 25 mn

Réfrigération : quelques heures

Les ingrédients pour 3 personnes :

6 artichauts poivrades

2 gousses d'ail

1 orange non traitée

Le jus de 2 citrons et demi

2 brins de coriandre fraîche

12 olives noires (j'ai pris des niçoises et en ai mis un peu plus)

150 g de crevettes roses décortiquées

7 c à s d'huile d'olive

1 c à c de sucre

2 pincées de filaments de safran

1/2 c à c de graines de coriandre séchées

Sel et poivre du moulin

Préparer les artichauts : laisser 4 cm de tiges aux artichauts, retirer les feuilles de la base sur 2 ou 3 rangées, couper les feuilles au tiers de la hauteur, (compter un bon tiers) peler la tige et le tour des artichauts, (on appelle cela tourner les artichauts), frotter tout de suite chaque artichaut avec une moitié de citron pour éviter qu'ils ne noircissent et les mettre dans un saladier d'eau fraîche additionnée du jus de l'autre moitié de citron.

Récupérer le zeste de l'orange et garder 6 quarts de rondelles d'orange pour le décor.

Peler l'ail et le couper en lamelles, les faire blondir dans 2 c à s d'huile d'olive et ajouter 50 cl d'eau, le zeste d'orange, le jus d'un citron, 2 c à s d'huile, les graines de coriandre, le sucre, le safran, et du sel. Laisser mijoter 5 mn et ajouter les artichauts égouttés et coupés en 2 dans la longueur.

Laisser cuire 15–20 mn jusqu'à ce que les artichauts soient tendres (vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau). Déposer les artichauts dans une jatte .

Faire réduire le jus de cuisson jusqu'à la consistance d'un sirop.

Émulsionner le jus obtenu avec 2 c à s d'huile d'olive, poivrer et verser dans la jatte. Couvrir et réserver au frais quelques heures au frais.

Mélanger les crevettes avec 1 c à s de jus de citron, 1 c à s d'huile d'olive et du poivre. Couvrir d'un film alimentaire et réserver 1 h au frais.

Pour le service répartir les artichauts sur les assiettes avec les crevettes et les olives noires, arroser de jus et décorer de coriandre et des quarts de rondelles d'orange.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>