



# Crevettes scampi avec riz pilaf au citron

Familiale

35 minutes



En raison du volume de commandes, il se peut que des ingrédients soient remplacés par des produits équivalents. Suivez la recette comme d'habitude, avec les ingrédients que vous avez reçus.

Merci de votre compréhension.  
À vos casseroles!



Crevettes



Riz basmati



Citron



Ail



Persil



Petits pois



Poivron



Concentré de  
bouillon de poulet



Échalote



Assaisonnement  
italien



Tomate Roma

BONJOUR CREVETTES

Nos crevettes proviennent de sources durables; c'est notre façon d'aider à préserver la santé de nos océans.



## D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (température élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

### Guide pour la quantité d'ail à l'étape 4 :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Relevé : 1 c. à thé

### Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, passoire, zesteur, casserole moyenne, petite casserole, tasses à mesurer, essuie-tout, presse-ail

### Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Citron	1	1
Ail	3 g	6 g
Persil	7 g	14 g
Petits pois	56 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Échalote	50 g	100 g
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	1 c. à soupe
Tomate Roma	80 g	160 g
Beurre non salé*	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

### Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes sur nos boîtes-repas.

*Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.*

### Nous joindre

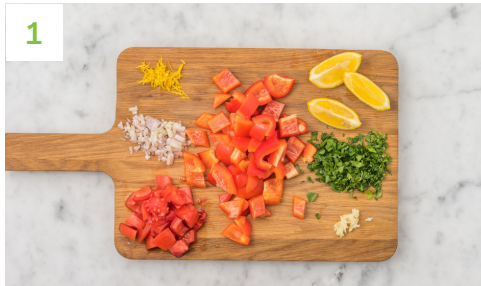
Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



### Préparer

Hacher grossièrement le **persil**. Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Zester, puis presser la **moitié** du **citron**. Couper le **reste** du **citron** en quartiers. Peler, puis couper en dés l'**échalote**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. À l'aide d'une passoire, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.



### Préparer le beurre à l'ail

Pendant que les **crevettes** grillent, faire chauffer une petite casserole à feu moyen-doux. Ajouter **1 ½ c. à soupe** de **beurre** et **¼ c. à thé** de l'**ail** restant (doubler la quantité pour 4 personnes). (**REMARQUE** : Consulter le guide pour la quantité d'ail.) Faire cuire en remuant jusqu'à ce que le **beurre** ait fondu et que l'**ail** dégage son arôme, de 2 à 3 minutes. Retirer la casserole du feu. Transférer le **beurre à l'ail** dans un bol moyen. Réserver.



### Commencer à préparer le riz

Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis l'**échalote**. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que l'échalote ramollisse, de 2 à 3 minutes. Ajouter le **riz**. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que les grains soient grillés, pendant 1 minute. Ajouter **1 ½ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) et le **concentré de bouillon**. Couvrir et porter à ébullition. Lorsque l'eau bouillira, baisser à feu doux. Faire cuire à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée, de 12 à 14 minutes.



### Finir le riz

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis ajouter les **pois**, les **tomates**, le **jus de citron** et la **moitié** du **persil**. **Saler et poivrer**. Bien mélanger.



### Faire griller les crevettes et le poivron

Pendant que le **riz** cuit, placer sur une plaque à cuisson les **crevettes** et les **poivrons**, puis parsemer le tout du **zeste de citron** et de la **moitié** de l'**ail**. Arroser de **½ c. à table** d'**huile**, puis saupoudrer de l'**assaisonnement italien**. **Saler et poivrer**. Faire griller au **centre** du four jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses, de 5 à 6 minutes.\*\*



### Terminer et servir

Ajouter les **crevettes** et les **poivrons** au bol de **beurre à l'ail**. Bien mélanger. Répartir le **riz pilaf** dans les assiettes, puis garnir des **crevettes**, de **poivrons** et du **jus de cuisson** restant dans le bol. Saupoudrer du **reste** de **persil**. Arroser du jus d'un **quartier de citron**, au goût.

**Le repas est prêt!**