



Crevettes sautées à la Laitue de mer bord à bord

Pour 2 personnes :

- 250 g de crevettes moyennes décortiquées
- 60 g de laitue de mer fraîche bord à bord (½ barquette)
- 1 piment doux ou ½ poivron (selon gout) coupé en petits dés
- 1 oignon frais haché
- 1 gousse d'ail écrasée
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 3 cuil. à soupe de jus de citron
- quelques cacahouètes toastées



Rincer les algues avant de les hacher grossièrement. Faire mariner dans l'huile d'olive avec les crevettes, le piment (ou poivron) l'oignon haché et l'ail écrasé.

Faire cuire à la poêle ou à la vapeur juste le temps que les crevettes soient cuites ¾ mn environ.

Avant de servir ajouter le jus de citron et les cacahouètes.

Recette et photo : Frédéric Marr / + d'infos : www.bord-a-bord.fr