



Filets de Sandre aux tomates cerise et tagliatelle aux scampis

Ingrédients : **Filets de Sandre aux tomates cerise**

8 filets de sandre
4 échalotes cuisses de poulet moyennes
24 tomates cerise
20 câpres au sel
4 càs de persil plat concassé
Le jus d'1 citron
Huile d'olive
Sel et poivre noir du moulin

Préparation

1. Lavez bien les tomates cerises et égouttez-les. Faites de même avec les câpres pour enlever le sel. Réservez.
2. Emincez et faites fondre les échalotes dans un filet d'huile d'olive sans colorer.
3. Pendant ce temps, coupez les tomates cerise en deux et ajoutez-les aux échalotes en arrêtant la source de chaleur.
4. Dans une poêle, faites revenir rapidement à feu vif les filets de sandre que vous aurez assaisonnés de sel et poivre.
5. Pendant ce temps, sautez également à feu vif les échalotes et les tomates.
6. Dressez un lit de tomates et échalotes, posez le filet de sandre par-dessus et saupoudrez de persil concassé.

Tagliatelles aux scampis

Pour 4 personnes

500 g de tagliatelles
20 gros scampis crus et décortiqués
1 échalote
2 courgettes moyennes
Curry jaune
3 dl de crème fraîche à 30%
2 dl de vin blanc sec
Huile d'olive
Sel et poivre du moulin

- 1/ Lavez et émincez finement les courgettes à la mandoline.
- 2/ Hachez l'échalote et ajoutez le vin blanc dans une sauteuse. Amenez à ébullition.
- 3/ Faites bouillir une grande quantité d'eau et faites cuire les pâtes al dente.
- 4/ Lorsque le vin blanc bout, ajoutez les scampis et cuisez-les pendant +/- 3 min, suivant leur grosseur.
- 5/ Lorsque les scampis sont cuits, sortez-les du jus de cuisson et réservez.
- 6/ Ajoutez la crème fraîche, le curry et les courgettes. Laissez cuire pendant +/- 3 min.
- 7/ Lorsque vos pâtes sont cuites, égouttez-les. Versez-les dans la sauce et ajoutez les scampis. Rectifiez l'assaisonnement et servez.

Regardez la préparation en vidéo :

http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/recettes/article_filets-de-sandre-aux-tomates-cerises-et-tagliatelles-aux-scampis?id=8352806&emissionId=5931