MOQUECA DE CAMARãO – RAGOûT DE CREVETTES à LA BRéSILIENNE

Ce ragoût de crevettes s’inspire de la moqueca, plat emblématique du Brésil, particulièrement populaire dans les régions de Bahia et Espírito Santo. La version bahianaise se distingue par l’usage du lait de coco et de l’huile de palme, héritage des influences africaines dans la cuisine brésilienne. Servie avec du riz blanc, la moqueca est un plat convivial, parfumé et coloré, symbole de la richesse culinaire du littoral brésilien.

Infos

- **Temps de préparation**: 15 mins
- **Temps de cuisson**: 25 mins
- **Portions**: 4

Ingredients

- 450 g de crevettes crues décortiquées et déveinées
- 1 oignon moyen, émincé
- 1 poivron rouge, en lamelles
- 2 gousses d’ail, hachées
- 2 tomates mûres, en dés (ou tomates concassées)
- 2 c. à soupe de concentré de tomate
- 400 ml de lait de coco
- 250 ml de bouillon de poisson ou de légumes

- 1 à 2 c. à soupe d’huile d’olive ou d’huile de palme (traditionnellement)
- 1 c. à café de paprika
- 1 pincée de piment (facultatif)
- Jus d’½ citron vert
- Coriandre fraîche hachée
- Sel et poivre

Préparation

Etape 1
Faire chauffer l’huile dans une grande sauteuse à feu moyen. Ajouter l’oignon et le poivron et faire revenir jusqu’à ce qu’ils soient tendres. Incorporer l’ail et cuire encore 30 secondes jusqu’à ce qu’il soit parfumé.

Etape 2
Ajouter les tomates et le concentré de tomate, puis laisser mijoter quelques minutes. Verser le bouillon et le lait de coco. Assaisonner avec le paprika, le sel, le poivre et éventuellement le piment. Laisser frémir environ 10 minutes jusqu’à ce que la sauce épaississe légèrement.

Etape 3
Incorporer les crevettes dans la sauce et cuire 3 à 5 minutes, jusqu’à ce qu’elles deviennent roses et bien cuites. Ajouter le jus de citron vert. Parsemer de coriandre fraîche et servir immédiatement, traditionnellement avec du riz blanc.