



BOUILLON DE CREVETTES, PIMENT GINGEMBRE ET CITRONNELLE

Bouillon de crevette, piment, ging...

Académie du Goût

3:57



Crédits : Françoise Nicol

 PRÉPARATION 30 MN

 CUISSON 15 MN

Si vous appréciez les soupes relevées, cette recette est idéale pour vous. Vous pouvez ajuster la quantité de piments selon vos envies, de même pour le gingembre et la citronnelle. Réalisez sans plus attendre ce bouillon très parfumé aux saveurs asiatiques.

INGRÉDIENTS (4 PERSONNES)

Sel

Piment d'Espelette

Préparation des crevettes (avant le début de la recette)	Préparation de la garniture (avant le début de la recette)	Préparation du bouillon de crevettes
--	--	--------------------------------------

600 g de petites crevettes bouquet

2 cébettes

1 piment oiseau

1 poignée de pois gourmands

1 tomate

1 piment rouge doux

30 g de gingembre

1 bâton de citronnelle

2 blancs d'œufs

Finition et présentation

1/4 de citron

PRÉPARATION

Étape 1 : Préparation des crevettes (avant le début de la recette)

Décortiquer le tiers des crevettes (200 g environ). Les réserver au frais dans un plat filmé. Garder les têtes et les carcasses.

Étape 2 : Préparation de la garniture (avant le début de la recette)

Laver, éplucher les cébettes, le piment doux et le gingembre. Laver, effiler les pois gourmands. Tailler tous ces éléments en **julienne**. Rassembler ces légumes dans un saladier. Les réserver.

Étape 3 : Préparation du bouillon de crevettes

Laver la tomate et le piment, puis les **émincer**. Eplucher le gingembre, en réserver le tiers et couper le reste en morceaux. Déposer dans le mixeur les crevettes entières, les têtes et carcasses, la tomate et le piment oiseau.

Mixer en ajoutant 50 cl d'eau, puis la verser dans une casserole moyenne pour que la préparation soit d'une bonne hauteur. Emincer le bâton de citronnelle en petit morceaux et l'ajouter. Faire bouillir. Battre légèrement les blancs d'œufs dans un bol, et les verser dans la casserole. Bien remuer avec un **fouet**. Baisser le feu au minimum, et laisser mijoter 10 minutes.

Tapisser une passoire d'un torchon humide et la poser sur un saladier. Avec une **louche** verser l'ensemble de la préparation peu à peu, et délicatement afin de ne pas troubler le bouillon.

Ensuite, refermer le torchon en rassemblant ses bords vers le centre et presser pour récupérer la totalité du liquide. Rectifier son assaisonnement. Ce bouillon doit être très clair et parfumé. Le garder au chaud.

Étape 4 : Finition et présentation

Concasser grossièrement les crevettes décortiquées, les déposer dans un récipient et les assaisonner de jus de citron et de piment d'Espelette. Bien mélanger et répartir ce hachis au fond de 4 bols.

Ajouter autour la julienne de légumes. Vérifier la chaleur du bouillon et le verser par- dessus.

Le conseil d'Alain Ducasse

Vous pouvez tout préparer à l'avance et garder au frais. Sortez alors les bols garnis 1 heure avant pour les remettre en température, et réchauffer doucement le bouillon jusqu'à ce qu'il soit bouillant.

Le commentaire de Paule Neyrat, nutritionniste

Cette soupe vous apporte votre dose de protéines pour le repas. Viande ou poisson sont donc inutiles mais des légumes sont nécessaires, soit en entrée, soit en plat.

Cette recette est issue du livre "Nature, simple, sain et bon" publié aux Éditions Alain Ducasse. [Voir tous les crédits](#)