

Crevettes sautées

"Cuisiner la mer" Phippe Urvois
Éditions Ouest France



- X 300 grammes de bouquet bien vivant
- X 1 dl d'huile d'olive
- X 4 cuillerées à soupe de cognac, d'armagnac ou de calvados
- X 1 pointe de Cayenne
- X du thym en poudre
- X Sel - Poivre moulu

Pour le matériel

- X 1 grande poêle non adhésive
- X 1 spatule ajourée

- Dans la poêle, plonger les crevettes dans l'huile bien chaude. Ajouter 1/2 cuillerée de thym en poudre, le cayenne et le poivre.
- Faire sauter les crevettes,
- Quand elles sont cuites (au bout de 3 minutes environ), verser l'alcool choisi et flamber. Laisser juste tiédir. Servir, plutôt en entrée.
- Les crevettes se mangent avec les doigts, c'est pour cette raison qu'on les déguste tièdes.
- Attention, ce mode de cuisson engendre des odeurs assez tenaces.

Nota : cette recette peut-être adaptée à d'autres variétés de crevettes, notamment les gambas (crevettes d'élevage, venant essentiellement d'Asie du Sud-Est).

Bulletin individuel d'adhésion FNPPSF

FÉDÉRATION NATIONALE DES PÊCHEURS PLAISANCIERS ET SPORTIFS DE FRANCE

Pour soutenir l'action de la FNPPSF, je choisis de devenir adhérent, deux formules me sont proposées :

**Vous pouvez demander la liste des associations de votre région au secrétariat de la Fédération.*

- 1** Je deviens membre d'une association affiliée FNPPSF de ma région*.
Tarif : prix de la cotisation associative (variable) + 5 € cotisation FNPPSF et 6 € abonnement *Pêche Plaisance*.
Règlement global à effectuer auprès de l'association concernée.
- 2** En l'absence d'association affiliée FNPPSF dans ma région, je choisis d'adhérer individuellement à la Fédération.
Cotisation FNPPSF tarif unique : 14 €
- 3** Abonnement *Pêche Plaisance* (4 numéros) : 14 €

(paiement par chèque à : FNPPSF - BP n°14 - 29393 Quimperlé).

Votre NOM Prénom

Adresse

Code postal Ville

FNPPSF
 BP 14
 29393 QUIMPERLÉ
 Tél./Fax 02 98 35 02 81
 fnppsf@wanadoo.fr