

Salade Farfalle au mérrou et à la courgette

Cuisson: 25 min.

Exécution: facile

Pour 4 personnes

ingrédients

- 500 gr. des papillons Primeluci
- 300 gr. de crevettes
- 2 filets de mérrou
- 1 courgette
- 1 pamplemousse rose non traité
- 1 citron non traité
- 1 feuille de laurier
- 1 cuillère à café de poivre blanc
- 1 cuillère à café de poivre rose
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge.

Faire bouillir les pâtes dans de l'eau bouillante salée, les égouttées et laisser refroidir.

Lavez et nettoyez le poisson ; Enlevez les têtes des crevettes et le filament noir interne. Fileter le mérrou et réserver.

Faites bouillir de l'eau légèrement salée dans une casserole en y ajoutant un zeste de citron, un pamplemousse rose et un citron vert, une feuille de laurier et une cuillerée à café de poivre rose.

Faire bouillir les queues de crevettes et ensuite, quand vous les avez déjà égouttées, faites bouillir tous les filets de mérrou. Le poisson doit être seulement blanchi.

Pressez le jus de citron et de pamplemousse et émulsifiez-le avec de l'huile. Ajoutez le sel et le poivre blanc et faites mariner les crevettes et le mérrou.

Laissez le poisson reposer.

Lavez et coupez la courgette en fines tranches, ajoutez-les au poisson mariné et bien mélanger le tout.

Assaisonnez les pâtes déjà froides avec toute la marinade, ajoutez le zeste de citron et le citron vert pelé, remuez et, au goût, ajoutez des amandes tranchées légèrement grillées.