

MATOUTOU DE CRABES

PRISCA MORJON



Préparation

15 min

Cuisson

45 min

Personnes

4

Ingrédients

1 kg de crabes
150g de riz étuvé
2 cuillères à soupe de pâte de colombo
1 cuillère à soupe de concentré de tomates
1 tomate
4 feuilles d'épinards
100g de giraumon
1 citron vert
3 piments végétariens
1 cuillère à café gingembre en poudre
1 piment
1 bouquet garni haché
1 cuillère à café de pâte d'ail
2 feuilles de bois d'inde
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation

La veille, nettoyer et rincer les crabes préalablement décongelés.
Préparer une marinade avec l'ail, le gingembre et 4 épices.
Laisser macérer les crabes.
Couper les légumes en cubes.
Faire revenir les légumes, les épices, les crabes et la pâte de colombo dans de l'huile bien chaude durant 10 minutes en mélangeant sans cesse.
Ajouter le riz et faire revenir 2 minutes.
Couvrir d'eau et laisser mijoter à couvert environ 30 minutes à feu doux.
Arroser de jus de citron en fin de cuisson.
Servir chaud.

Environ **5,00€**
PAR PERSONNE

