



## Gamba poireau & mangue, couscous roulé à la main



Plat principal



25 min.



4



### INGRÉDIENTS:

- 24 gambas 16/20
- 2 dl d'huile d'olive
- Coriandre fraîche
- 10 gr d'épices Baharat
- 400 gr de couscous roulé à la main cuit (couscous perlé)
- 5 cl de vinaigre de mangue du Cameroun BELBERRY

### Pour le chutney :

- 1 dl d'huile d'olive
- 1 dl de vinaigre de mangue du Cameroun BELBERRY
- 2 gr graines de cumin
- 2 gr graines de coriandre
- 200 gr de poireau blanc, lavé et haché finement
- 20 gr dés de mangue

### PRÉPARATION:

- Préparez le chutney. Chauffer l'huile d'olive avec les herbes et faites mijoter le poireau. Réduisez le feu et ajoutez la mangue et le vinaigre de mangue. Laissez mijoter pendant 10 minutes sous le couvercle.
- Faites chauffer votre poêle à griller. Mélangez l'huile d'olive avec les épices Baharat. Passez-y les gamba et faites-les griller jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.
- Mélangez le couscous tiède avec le vinaigre et le reste de l'huile d'olive

### PRÉSENTATION:

- Déposez le couscous et répartissez le chutney dessus.
- Terminez avec les gambas, quelques poireaux effilés et la coriandre.