

# Kenya – Githéri - Crevettes, maïs, haricots rouges



**Ingrédients** – Convives : 4 – Prépa. : 10 min – Cuisson : 20 min plus 10 min (crevettes)



200g crevettes



1 oignon ciselé



3 gousses d'ail



2 càs H. d'olive



20cl lait de coco



250g de maïs et  
coriandre fraîche



30cl purée de  
tomates



1 càc de chaque  
Cumin, paprika,  
curry



400g de haricots  
rouges



1 cube de  
bouillon

## Préparation

1. Eplucher et ciseler ail et oignon.
2. Ouvrir une boîte moyenne de maïs et de haricots rouges. Rincer et égoutter séparément.
3. Ouvrir le blister de crevettes moyennes, cuites et décortiquées, rincer, égoutter et réserver.
4. Dans une poêle à feu vif, faire chauffer l'huile d'olive, puis faire dorer l'ail et l'oignon.
5. Ajouter ensuite cumin, paprika, curry et bien mélanger le tout.
6. Ajouter ensuite la purée de tomates, le lait de coco, le bouillon cube dilué, le sel et le poivre.
7. Ajouter les haricots rouges et le maïs, bien mélanger le tout.
8. Baisser à feu doux, et couvrir, laisser mijoter pendant 20 minutes.
9. Rajouter les crevettes, laisser encore cuire 10 minutes à feu doux.
10. Servir chaud, parsemé de coriandre fraîche.

\* \* \* 08 août 2021 \* \* \*