

# Les pâtes aux crevettes

La semaine passée, je vous ai présenté mon meilleur ami, le ragoût. Cette semaine, je vais vous présenter mes meilleures copines. C'est comme ça. Parce que je trouve qu'il est essentiel que vous fassiez connaissance avec mon entourage. Non? Les pâtes. Ah, les pâtes. En les évoquant simplement, je me sens tout de suite mieux. Elles sont toujours là pour moi, pour ma famille. Elles sont présentes en début et en fin de mois, quoi qu'il arrive. Elles acceptent d'être accompagnées par de multiples sauces de goûts, de couleurs et de produits différents. Elles sont adaptables, flexibles et fiables.

Les pâtes sont celles qui me réconfortent quand j'ai un peu le cafard. Quand je suis en panne d'idées. Quand, d'un regard vide, je fixe bêtement l'intérieur de mon frigo en soupirant, lasse et fatiguée. Quand je manque de temps. C'est généralement là que je prononce la phrase salvatrice: «Bon, ben on va faire des pâtes...»

Et c'est aussi généralement là que Petite Chouquette (ma fille de 8 ans) crie «Ouais, des pâtes! Trop cool!». Allez savoir pourquoi, elle transmet ensuite en hurlant le message à son frère aîné (qui écoute de la musique avec un casque sur les oreilles, donc n'entend rien...): «Tu sais quoi? On mange des pâtes!» Bref, je les adore. Mais, comme vous, j'en ai parfois marre de la bolognaise, du pesto, de la carbonara. Stop.

C'est bon pourtant, c'est certain. J'en fais moi-même régulièrement.



## Pour 4 personnes

Préparation: 15 minutes

Cuisson: 15 minutes

- 500 g. de grosses crevettes crues style tail-on
- 1 petite boîte de chanterelles (ou environ 200 g. de chanterelles fraîches si c'est la saison)
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon moyen ou une grosse échalote
- 1/2 bouquet de persil
- 1 cube de bouillon de poule
- 250 g. de tomates cerises
- sel, poivre, paprika
- 1 sachet de safran (si vous ne l'aimez pas, essayez avec du curry)
- 3 dl. de demie crème
- 1 c.à.c. de féculé
- 2 dl de vin blanc
- 500 g. de pâtes (spaghetti, penne, farfalle...)
- de l'huile à rôtir

alors là oui! Lorsqu'elles sont égouttées, dans la casserole, un filet d'huile est le bienvenu.

Maintenez que les révisions sont assimilées, passons aux choses sérieuses. On a faim.

VIRGINIE LÉNART ■

[www.lesrecettesdevirginie.com](http://www.lesrecettesdevirginie.com)



Mais il y a tant de façons de les apprêter, simples et rapides. Personnellement, j'aime inventer de nouvelles sauces. Et donc les partager avec vous si le résultat en vaut la peine. Histoire de varier un peu, de découvrir d'autres saveurs et associations. De vous donner des idées lorsque vous, vous serez en panne (d'idées bien sûr). Avant de vous transmettre une de ces délicieuses recettes de pâtes improvisée et approuvée, je souhaite rappeler certains points:

**1) Le sel:** Petite question à deux francs six sous: quand mettez-vous le sel dans la casserole d'eau des pâtes? Réponse: «Ben au début, avec l'eau froide». Faux! Merci d'avoir joué. Le sel se met à l'ébullition de l'eau, ce qui évitera que des taches blanches apparaissent au fond de vos

casserolles (ça vous dit quelque chose?).

**2) L'eau:** Loin de moi l'intention de vous comparer à un spaghetti. Pourtant, vous avez des points en commun. Lorsque vous prenez un bain, vous aimez être à l'aise dans votre baignoire n'est-ce pas? Pour mieux vous détendre, vous étirer, vous relaxer. Le spaghetti aussi aime bien avoir de la place. On compte 1 litre d'eau pour 100 grammes de pâtes. C'est beaucoup, mais cela évitera que ces dames ne collent et forment des paquets peu appétissants.

**3) L'huile:** «Qui met de l'huile dans l'eau de cuisson des pâtes? Lève la main!» Ok. Alors pour ceux qui ont levé la main, sachez que cela ne sert à rien du tout. L'huile reste à la surface de l'eau et n'empêche pas les pâtes de coller. C'est une légende. Il est préférable de les «touiller» régulièrement pendant la cuisson, c'est bien plus efficace. Et après,

## La marche à suivre

**1** Décongelez les crevettes (si vous les avez achetées congelées bien sûr) et retirez la carapace de la queue en tirant légèrement dessus. Nettoyez les chanterelles en les grattant avec un petit couteau si elles



sont fraîches. Egouttez-les si elles sont en boîte.

**2** Pelez et émincez l'oignon et l'ail et réservez dans un bol. Hachez finement le persil et réservez dans un autre bol. Lavez les tomates et coupez-les en deux dans la longueur. Réservez dans un troisième bol. Et ne me dites pas que vous n'en avez pas, de bol! (je n'ai pas pu m'en empêcher, excusez-moi).

**3** Dans une poêle à haut rebord, faites chauffer un filet d'huile à rôtir et faites revenir les crevettes 2

minutes en les retournant jusqu'à ce qu'elles soient roses (pas plus, attention). Salez, poivrez et ajoutez une bonne pincée de paprika. Mettez les crevettes de côté. Parallèlement, démarrez la cuisson des pâtes.

**4** Dans la même poêle, faites à nouveau chauffer un filet d'huile à rôtir. Saisissez brièvement l'ail et l'oignon à feu moyen. Ajoutez les chanterelles. Poivrez. Ajoutez le vin blanc et le cube de bouillon. Laissez réduire de moitié durant 5 minutes.

Ajoutez le safran ainsi que les tomates, laissez cuire encore 2 minutes.

**5** Délayez soigneusement la féculé dans la crème froide avec une fourchette et ajoutez dans la poêle. Ajoutez le persil et laissez cuire 2 minutes sur feu moyen-doux. Goûtez, salez et poivrez selon vos goûts et remettez les crevettes. Laissez mijoter encore maximum 2 minutes, sinon les crevettes seront trop cuites. Servez cette sauce avec des pâtes... al dente bien entendu! ■