

Soupe Thaï aux crevettes, huile d'olive Bio

Pour remettre les compteurs à zéro en douceur après ces jours très festifs, on offre à son organisme un peu de repos et une petite cure détox en commençant avec cette recette thaï qui purifie, sans en avoir l'air.

- 4 Pers.
- 15 Min.
- 15 Min.

Ingrédients

- 12 crevettes
 - 2 carottes
 - 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive vierge extra BIO
- #### Tramier
- 75 cl de bouillon de légumes
 - 25 cl de lait de coco
 - 1 jus d'un citron vert
 - 1/2 cuillerée à café de gingembre frais râpé
 - 1 branche de citronnelle
 - Quelques brins de coriandre
 - Quelques rondelles de piment séché (facultatif)
 - Sel, poivre

Préparation

Décortiquez **les crevettes** en laissant seulement la queue.
Epluchez les carottes, coupez-les en lamelles puis faites les revenir 2 minutes dans une casserole avec l'**huile d'olive**.
Versez ensuite le bouillon de légumes avec le lait de coco, le jus de citron, la citronnelle, le gingembre, du sel et du poivre.

Mélangez, couvrez et laissez cuire 13 min.

Rajoutez les crevettes 5 min avant la fin de cuisson.
Enlevez le bâton de citronnelle et servez chaud avec de la coriandre fraîche ciselée et des rondelles de piment séché.