

# Tartelettes de polenta croustillante

## aux poivrons et crevettes



Temps de préparation: 20 mn

Temps d'attente : 20 mn

Temps de cuisson: 30 mn

### Ingrédients pour 4 personnes:

Pour les tartelettes:

- 100 g de polenta
- 50 cl d'eau
- Gros sel
- 1 cuillère à soupe de parmesan râpé
- 10 g de beurre
- Poivre 5 baies

Pour la sauce:

- 1 cuillère à soupe de tomates confites mixées en bocal
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche

Pour la garniture:

- 1 poivron rouge
- 1 poivron jaune
- 1 filet d'huile de sésame
- 1 cuillère à soupe de sukiyaki (sauce soja pour wok)
- 20 crevettes décortiquées cuites

Pour la finition:

- Copeaux de parmesan

## Recette:

- Porter à ébullition l'eau dans une casserole. Saler et verser la polenta en pluie. Cuire à feu doux pendant 12 mn en remuant souvent, jusqu'à ce que le mélange se détache de la casserole. Poivrer et incorporer le parmesan et le beurre.
- Répartir la polenta dans 4 moules à tartelette téfal. Bien aplanir avec une cuillère et laisser refroidir.
- Laver, couper en lamelles et épépiner les poivrons. Verser un filet d'huile de sésame dans une sauteuse et faire revenir les poivrons quelques minutes. Quand ils sont cuits, ajouter le sukiyaki et les crevettes. Lorsque les crevettes sont bien saisies, éteindre le feu, couvrir et réserver.
- Pendant ce temps, démouler les tartelettes de polenta, les déposer sur une plaque allant au four et passer sous le grill des deux côtés pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
- Pendant ce temps, mélanger la crème fraîche et les tomates confites et chauffer au four micro-ondes pendant 30 secondes.
- Dans chaque assiette, déposer une tartelette de polenta, étaler une cuillerée de sauce aux tomates confites sur le dessus, déposer quelques lamelles de poivrons, cinq crevettes et finir par des copeaux de parmesan.
- Servir aussitôt.