Colin vapeur et sauce crémeuse aux crevettes

Un filet de colin délicat cuit à la vapeur, nappé d'une sauce onctueuse aux crevettes et au persil.

4 personnes	15 min préparation	25 min cuisson	40 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 600 g de filets de colin
- 150 g de crevettes décortiquées
- 2 échalotes
- 20 g de beurre
- 20 g de farine
- 250 ml de lait
- 1 c. à soupe de persil ciselé
- 600 ml d'eau
- 1 c. à café de sel

Préparation

1. Verser l'eau salée dans le bol, poser les filets de colin dans le Varoma et cuire à la vapeur.
   15 min / Varoma / vitesse 1
2. Réserver le poisson au chaud. Vider et rincer le bol.
3. Hacher les échalotes.
   4 sec / vitesse 5
4. Ajouter le beurre et faire fondre.
   2 min / 100°C / vitesse 1
5. Ajouter farine, lait, sel et crevettes, puis cuire la sauce.
   6 min / 90°C / vitesse 3
6. Ajouter le persil, napper le colin et servir.

Le conseil de Tiha
Les crevettes surgelées peuvent aller directement dans la sauce sans décongélation.

Conservation : 1 jour au réfrigérateur.