



INGREDIENTS pour 4 personnes :

- 700g de blancs de seiches ou encornets,
- 22cl d'huile d'olive,
- 2 échalotes,
- 1 oignon,
- 10 branches de ciboulette,
- 2 cuillères à soupe de curry,
- sel,
- poivre.



PREPARATION : 10 minutes.

- Préparez les 700g de blancs de seiches comme indiqué dans la recette précédente.
- Versez 20cl d'huile d'olive dans un bol.
- Lavez et égouttez 10 branches de ciboulette, puis ciselez-les au dessus du bol d'huile.
- Épluchez 2 échalotes et 1 oignon.
- Émincez-les puis rajoutez-les dans le bol d'huile.

- Rajoutez 2 cuillères à soupe de curry.
- Salez et poivrez à votre convenance, puis mélangez la sauce.
- Préparez votre planche à griller, puis posez les seiches sur la plancha les unes à côté des autres et faites-les griller en les aspergeant de sauce.
- Retournez régulièrement les seiches.

//

//