Export Packers
SERVICE ALIMENTAIRE

Applications de menus… Célébrons les saveurs internationales avec la crevette bistro

Par Ocean Jewel MC

Depuis des siècles, la nourriture a rassemblé les gens de partout autour du monde. Dû à son habileté à traverser les barrières culturelles, la crevette a toujours été un ingrédient de choix pour différentes ethnies. Notre crevette blanche du Pacifique est l'une des espèces les plus cultivées dans le monde et peut être utilisée dans de nombreux plats typiques de différentes cultures. Joignez-vous à nous dans cette aventure culinaire autour du monde!

Amuse-gueules

- **Le haricot blanc a au départ été utilisé en Argentine et est aujourd'hui l'un des ingrédients les plus populaires en Italie. Notre soupe aux crevettes et haricots blancs est une façon nutritive et délicieuse de débuter un repas.**
- **Stimulez vos papilles gustatives avec ces crevettes sucrées et épicées à la Marocaine. Enrobez légèrement les crevettes d'un mélange de cumin, curcuma, cannelle, gingembre, coriandre, cassonnade et farine. Frire au poêlon ou cuire au four.**
- **Le ceviche de crevettes est populaire en Amérique Centrale et en Amérique du Sud. Cet amuse-gueule rafraichissant a une saveur sensationnelle** qui plaira à tous. Mélanger les crevettes cuites avec du jus de lime, des oignons en dés, avocats, tomates en dés, concombres en cubes, de la coriandre fraîche et du sel. Pour un goût plus relevé, ajoutez des morceaux de piments jalapenos. Servir avec des croustilles de maïs ou des pains grillés .

Dîner

- **Utilisez la crevette bistro pour remplacer le homard dans une guédille de la Nouvelle-Angleterre. Ce plat populaire est facile à créer et peu dispendieux. Pour quelque chose de different, servez sur un pain aux oeufs, un pain à hot-dog ou un pita. Les à-côtés traditionnels sont des croustilles et cornichons à l'aneth.**
- Les crêpes sont considérées comme le met national de la France. Des crêpes aux épinards et crevettes citronnées représente une déclinaison délicieuse et un bel ajout au menu. Mélangez simplement de l'ail, des oignons, des épinards, des champignons et du zeste de citron. Aujoutez de la farine, du lait et de l'eau et cuire jusqu'à ce que ce soit épaissi. Ajoutez les crevettes, la coriandre et le jus de citron. Servir sur la crêpe.
- **Gâtez-vous avec une salade de crevettes et mangue inspire des Caraïbes. Ce plat léger est parfait servi sur un lit de verdure.**

Souper

- On peut retracer les débuts du riz frit chinois à aussi loin que l'an 589 de la présente ère durant la dynastie Sui. Le plus populaire étant le riz frit aux crevettes avec jambon, pois verts et oeufs; c'est un vrai classique.
- **Élevez votre menu avec ce repas japonais de nouilles sautées aux crevettes et pétoncles. Faites sauter nos crevettes bistro avec des pétoncles, du basilic, des graines de sésame et des nouilles Udon. Les nouilles Udon sont un type de nouilles larges, faites de farine de blé et très fréquemment utiisées dans les mets japonais.**
- **Les bouillis de fruits de mer ont été les favoris des provinces maritimes du Canada depuis des siècles. Parfaits pour des événements spéciaux ou rassemblements, uutilisez la crevette dans votre prochain bouilli de fruits de mer.**

Voir l'endos pour les recettes.

Crevette bistro blanche crue pelée et déveinée sans queue Ocean Jewel

Cette petite crevette entière à faible coût est parfaite pour de nombreuses applications tel que des sauces, chaudrées, casseroles, pâtes, salades et sautés.

Codes de produits:
51-60ct, 10x2lb - SH00307
90-130 ct, 5x2lb - SH00465

Best Aquaculture Practices

SOUPE AUX CREVETTES ET HARICOTS BLANCS (25 portions)

2,2 lb de crevettes bistro 90-130 ct (40 g par portion)
8 tasses de tomates en dés en conserve
2 tasses d'onions, en dés
2 tasses de poivrons verts, en dés
3 tasses de carottes, en dés
3 tasses de haricots blancs, en conserve, rincés
1/4 tasse de mélange sucré de basilic et d'estragon sans sel et sans sucre
1/4 tasse de mélange de poudre d'oignon et ail sans sel et sans sucre
2 c. à table de thym séché
10, 5 tasses de bouillon de poulet
3 c. à soupe d'huile de canola

- Faire chauffer un grand chaudron à moyen-élevé.
- Ajouter l'huile de canola, les oignons, l'ail, les poivrons et les carottes. Faire revenir 10-15 minutes, en remuant occasionnellement.
- Ajouter les haricots blancs, les tomates en dés et le bouillon de poulet. Laisser frémir pendant 20 minutes.
- Ajouter les assaisonnements d'oignons et d'ail, de basilic et estragon et le thym. Laisser mijoter pendant 5 minutes.
- Ajouter les crevettes dégelées 15 minutes avant le service et porter à ébullition. S'assurer que la soupe atteigne une température de 165°F/74°C. Retirer du feu.
- Garnir avec de la crème sûre et de la ciboulette fraîche, du yogourt ou du persil italien finement hâché.

GUÉDILLE DE LA CÔTE EST (25 portions)

3,5 lb de crevettes bistro 90-130 ct (65 g par portion)
1,5 tasse de yogout grec
1/2 tasse de mayonnaise
1/4 tasse de jus de citron
1/4 tasse de poivre noir
1/2 tasse d'échalotte séchée
1/4 tasse de paprika
3/4 tasse de margarine
25 pains à hot-dog
25 feuilles de laitue
75 tranches de tomate (3 par sandwich)

- Préchauffer une marmite à vapeur ou régler un four Rational en mode vapeur.
- Placer les crevettes dégelées dans un plateau à vapeur. Assaisonner de poivre et faire cauffer pendant 4 à 6 minutes. Pour un four Rational , chauffer 3 à 4 minutes. S'assurer que la température interne des crevettes atteigne 165°F/74°C. Une fois cuites, réserver et laisser tiédir les crevettes.
- Dans un grand bol, mélanger le yogourt, la mayonnaise, le jus de citron, le poivre noir, les échalottes et le paprika. Refroidir pendant 30 minutes.
- Préchauffer le four à convection ou le Rational à 400°F.
- Couper les pains à hotdog en deux et les graisser de margarine de chaque côté.
- Placer sur une plaque à biscuits recouverte de papier parchemin et cuire au four 10 minutes, en les retournant après 5 minutes de cuisson.
- Mélanger les crevettes refroidies avec la sauce et placer sur les pains grillés.
- Ajouter les feuilles de laitue et les tomates et servir avec l'accompagnement de votre choix.

SALADE DE CREVETTES BISTRO ET MANGUE (25 portions)

3,5 lb de crevettes bistro 90-130 ct (65 g par portion)
12 tasses de mangue, en dés
1,5 tasse d'oignon rouge, en dés
1,5 tasse de poivron rouge, en dés
1,5 tasse d'oignon vert, hâché finement
1/2 tasse de graines de sésame grillées (optionnel)
POUR LA VINAIGRETTE:
3/4 tasse de vinaigre de vin rouge
1 c. à soupe de moutarde de Dijon
1/4 tasse de mélange de poudre d'oignon et ail sans sel et sans sucre
2,5 tasses d'huile de canola

- Préchauffer une marmite à vapeur ou régler un four Rational en mode vapeur.
- Placer les crevettes dégelées dans un plateau à vapeur. Assaisonner de poivre et faire chauffer pendant 4 à 6 minutes. Pour un four Rational , chauffer 3 à 4 minutes. S'assurer que la température interne des crevettes atteigne 165°F/74°C. Une fois cuites, réserver et laisser tiédir les crevettes.
- Dans un grand bol, mélanger la mangue, les poivrons rouges et les oignons verts. Réserver.
- Pour la vinaigrette; mélanger le vinaigre, la moutarde, les assaisonnements et l'huile. Réserver.
- Combiner les crevettes, le mélange de mangue et la vinaigrette.
- Servir sur un mélange de laitues. Optionnel: garnir de graines de sésame grillées pour ajouter une texture croustillante.

NOUILLES SAUTÉES AUX CREVETTES BISTRO ET PÉTONCLES (25 portions)

2,75 lb de crevettes bistro 90-130 ct (50 g par portion)
2,2 lb de pétoncles de baie (40 g par portion)
2 c. à table de poivre noir
2 tasses de poivrons, en dés
2 tasses de carottes, râpées
3 tasses de chou, hâché
2 tasses de pois mange-tout, dégelés
4 lb de nouilles Udon
1/2 tasse de vinaigre de vin rouge
2 c. à table d'huile de sésame
3 c. à table d'huile de canola
1/4 tasse de grains de sésame
1/4 tasse de basilic frais

- Préchauffer le four à convection à 400°F, ou le Rational en mode préchauffer, frire à la poêle, mince, couleur moyenne, 4 minutes.
- Sur deux plaques huilées, mélanger les crevettes pétoncles. Assaisonner de poivre noir et cuire. S'assurer que la température interne des fruits de mer atteigne 165°F/74°C.
- Dans un grand chaudron, ajouter l'huiile de canola et faire sauter les poivrons, le chou et les carottes pendant 7 à 10 minutes. Réserver.
- Pendant que les légumes cuisent, placer les nuilles Udon dans un contenant et y ajouter de l'eau bouillante ou du thé. Couvrir d'une pellicule de plastique et réserver jusqu'au moment de servir.
- Faire griller les graines de sésame dans un petit poêlon à chaleur moyenne.
- Mélanger les nouilles, fruits de mer, légumes, vinaigre, huile de sésame et basilic, puis cuire 5 minutes.
- Garnir des graines de sésame grillées et servir immédiatement.

BOUILLI DE FRUITS DE MER (25 portions)

4,95 lb de crevettes bistro 90-130 ct (90 g par portion)
4,5 tasses d'oignons, en dés
4,5 tasses de poivrons, en dés
25 maïs en épi
100 patates grelots (4 par portion)
1,5 tasse d'épices BBQ sans sel et sans sucre
1,5 tasse de mélange de basilic et estragon sans sel et sans sucre
1,5 tasse de mélange d'oignon et ail en poudre sans sel et sans sucre
1,5 tasse de persil séché
46,5 tasses d'eau

- Dans un grand chaudron, amener l'eau à ébullition.
- Un fois que l'eau bout, ajouter les épices BBQ, le mélange de basilica et estragon, le mélange d'ail et d'oignon et le persil. Faire bouillir pendant 15 minutes.
- Ajouter les oignons, les poivrons et les pommes de terre. Cuire pendant 15 à 20 minutes.
- Ajouter les épis de maïs et cuire pendant 10 minutes.
- Ajouter les crevettes et cuire pendant 4 à 6 minutes. S'assurer que la température interne atteigne 165°F/74°C. Pour un meilleur résultat, cuire les crevettes juste avant de servir.
- Drainer soigneusement le liquide et garder dans un réchaud jusqu'au moment de servir.
- Garnir d'oignons verts ou de légumes vapeur tel que des épinards, bok choy ou brocolis.

Contactez-nous: Ouest 604-591-1603 | Ontario 905-792-9700 | Est 514-745-6655
www.oceanjewelseafood.com

Notre engagement envers le réseau de la santé et le bien-être des ainés