

## ◦ ◦ . Jambalaya ou wok créole

Version plus exotique que la paella et plus garnie aussi. A déguster avec une petite sauce pimentée à côté (rougail tomates par exemple).

### **Ingrédients** (pour 8 personnes) :

- \* 400g de jambon
- \* 1 chorizo fort
- \* 400g de cocktail de fruits de mer (ou calamars, encornets, moules et noix de pétoncle)
- \* 400g de crevettes
- \* 400g de riz
- \* 1 oignon
- \* 1 poivron vert
- \* 1 boîte de tomatocoulis (de 200g)
- \* 1 boîte de tomates concassées (de 400 g)
- \* 1,5L de bouillon de volaille
- \* 2 feuilles de laurier, 2 branches de thym
- \* 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- \* 10cL de vin blanc
- \* une poignée de persil
- \* sel et poivre



### **Préparation** :

Préparer les légumes :

- \* peler et couper l'oignon
- \* laver et couper en dés le poivron
- \* laver et ciseler le persil

Préparer les viandes et crustacés :

- \* couper le jambon en gros dés
- \* peler le chorizo et le couper en 1/4 de rondelle
- \* enlever les carapaces et la tête des crevettes, enlever le filament noir et les couper en 4 ou 5 morceaux
- \* préparer le calamar (le couper en dés), les moules ou les noix de pétoncles si ce sont des produits frais

Faire chauffer le wok avec l'huile d'olive.

Faire suer l'oignon et le poivron dans le wok chaud pendant quelques minutes.

Quand ils sont un peu cuits, ajouter le chorizo et le jambon. Mélanger et laisser dorer un peu. Ajouter ensuite les crevettes et les fruits de mer. Mélanger et laisser cuire à feu moyen encore 5 minutes.

Verser le vin blanc dedans pour déglacer les sucs.

Puis mettre le riz et laisser cuire à feu doux 2 minutes. Laisser suer et bien mélanger à la spatule jusqu'à ce que les grains deviennent transparents.

Ajouter le coulis et les tomates concassées. Laisser cuire à feu doux couvert encore 2 minutes.

Puis ajouter le bouillon. Porter à ébullition et laisser cuire à feu doux et à couvert encore 2 minutes.

Assaisonner (pas trop de sel, plus de poivre) et mettre thym et laurier.

Laisser cuire à feu doux et à couvert pendant 20 à 30 minutes.

Remuer de temps en temps mais laisser cuire tranquillement si possible.

S'il y a trop de bouillon en fin de cuisson, enlever le couvercle quelques minutes.

Si cela paraît sec, remettre un peu de vin blanc.

Quand c'est cuit (le riz est cuit), arrêter le thermostat, parsemer de persil frais et déguster bien chaud accompagner du rougail tomates.

#### **Astuces :**

##### **Bien préparer tous les ingrédients avant de commencer la cuisson !**

J'ai un wok électrique assez grand qui permet une cuisson aisée et sans trop de matières grasses. J'utilise toujours le couvercle dessus avec.

Pour les intestins fragiles ou les enfants, je fais un 2<sup>ème</sup> wok (plus petit) dans lequel je ne mets pas de poivron ; je remplace l'oignon par de l'échalote et le chorizo fort par du doux. Si c'est la saison, utiliser des tomates fraîches épépinées et pelées au lieu du coulis de tomates.

J'utilise souvent des fruits de mer surgelés car il n'y a pas de souvent ces produits en frais vers chez moi. Dans ce cas, je les laisse décongeler dans une passoire environ 1h.

Pour le jambon, j'achète un talon ou 2 tranches épaisses pour faire de gros dés dedans.