

Cari de grondin à la réunionnaise



Ingédients : 1 grondin par personne, 1 oignon émincé, 1 boîte de tomates concassées (la recette d'origine se fait avec des tomates fraîches mais je refuse d'acheter des tomates en cette saison), 2 gousses d'ail hachées, un petit morceau de gingembre frais émincé, quelques branches de thym frais, 1 petit piment vert en lamelles, 1 citron vert, huile d'olive, sel.

Faire fondre l'oignon dans un peu d'huile d'olive. Ajouter l'ail, le gingembre, le piment, le thym, les tomates concassées. Ajouter un peu d'eau. Saler.

Ajouter le poisson et couvrir. Laisser une quinzaine de minutes à peu près. Ajouter le jus de citron vert. Servir avec du riz ou une purée de patates douces.

www.cuisineplurielle.com
cuisineplurielle@hotmail.fr
[Conseillère Demarle/Flexipan](#)