

Translations:Sciences Participatives : Elevage de grillons comestibles/142/fr

1. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen.
2. Ajoutez le piment émincé et faites-le revenir pendant 2-3 minutes.
3. Ajoutez les grillons et faites-les sauter jusqu'à ce qu'ils soient croustillants, environ 5 minutes.
4. Saupoudrez le paprika fumé et le cumin moulu sur les grillons. Mélangez bien pour enrober uniformément.
5. Assaisonnez avec du sel et du poivre selon votre goût.
6. Pressez le jus de citron sur les grillons avant de servir.
7. Servez chaud en accompagnement ou en apéritif.