



TRANSGOURMET

Recette végétarienne ! Pad Thaï végétarienne



Ingrédients

- Carottes 2 pièces
- Courgette 1 pièce
- Poivrons jaunes 3 pièces
- Gousse d'ail 1 pièce
- Oignon rouge 1 pièce
- Nouilles chinoises 800 g
- Bouillon basilic thaï 1,5 litre
- Huile de sésame 50 ml
- Noix de cajou 40 g
- Citron vert 1 pièce
- Tofu 600 g
- Coriandre 10 g

Sauce sucrée salée :

- Sauce soja 40 ml
- Vinaigre de cidre 10 ml

- Sirop d'érable 20 g
- Bouillon basilic thaï 100 ml
- Piment d'Espelette Pm
- Pousses de basilic thaï Pm

Préparation

Eplucher et laver les légumes.

Tailler tous les légumes en fine julienne.

Hacher finement l'ail dégermée.

Cuire les nouilles dans un bouillon au basilic thaï 4 minutes.

Dans un wok bien chaud avec l'huile de sésame, faire revenir les légumes 4 minutes (ils doivent rester légèrement croquants).

Ajouter les nouilles, les noix de cajou hachées, le citron vert zesté et la coriandre hachée.

Griller le tofu à la plancha avec un filet d'huile de sésame.

Sauce sucrée salée :

Mélanger ensemble tous les ingrédients.

Dresser le pad thaï puis assaisonner de sauce sucrée salée et disperser quelques pousses de basilic thaï dessus.
