



EMINCE DE BŒUF FACON THAI

Ingrédients : pour 4 personnes

400 grs de filet de bœuf

2 poignées de pousses de soja – un morceau (2cm) de gingembre frais

2 oignons rouges, 2 échalotes, un petit piment – 1 gousse d’ail écrasée

1 grosse poignée de cacahuètes

Quelques feuilles de menthe, 1 cuil. à soupe de sucre

2 cuil. à soupe d’huile d’arachide et 2 cuil. à soupe d’huile de sésame

2 cuil. à soupe de jus de citron (vert de préférence)

2 cuil. à soupe de sauce soja

Emincer les oignons, les échalotes, le piment. Concasser les cacahuètes. Ciseler la menthe. Peler la gousse d’ail et le morceau de gingembre.

Dans une poêle, chauffer l’huile de sésame et saisir la viande 3 mn de chaque côté. La retirer du feu et l’enfermer dans un papier d’aluminium pour que le sang se répartisse bien dans la viande.

Préparer une marinade avec l’huile d’arachide, le jus de citron, la sauce soja, le sucre et le piment. Ajouter la gousse d’ail écrasée et le gingembre finement haché.

Découper la viande en très fines lamelles. Dans un saladier, verser la marinade sur la viande avec les oignons et les échalotes. Couvrir d’un film alimentaire et laisser mariner à température ambiante 30 mn.

Au moment de servir, ajouter les pousses de soja, mélanger de nouveau, décorer avec quelques feuilles de salade mélangée (type mesclun) et parsemer de menthe hachée et de cacahuètes concassées.

blog : maptitcuisine.canalblog.com