




SALADE DE BŒUF THAÏ AU BOUILLON ACIDULÉ

Ingrédients	 2 pers.	 4 pers.
	Bavette de bœuf	200 g
Soja	100 g	200 g
Coriandre	1/4 botte	1/2 botte
Citrons verts	1 pièce	2 pièces
Gingembre frais	20 g	40 g
Bâtons de citronnelle	1 pièce	2 pièces
Nouilles chinoises	100 g	200 g
Petits piments rouges	1 pièce	2 pièces
Sauce soja	4 cl	8 cl
Bouillon de bœuf	1 cube	1 cube
Cacahuètes	20 g	40 G



Réalisation de la recette

 Préparation : 15 mn

 Cuisson : 10 mn

1. Le bœuf

- Commencez à préparer le bouillon de boeuf : faites chauffer l'eau dans une casserole (40 cl pour 2 personnes ou 80 cl pour 4), lorsque l'eau sera bouillante, y incorporer le cube et bien remuer pour le dissoudre.
- Pendant ce temps, taillez en fines lanières les bavettes de bœuf. Puis dans une poêle chaude, versez un filet d'huile (tournesol, d'olives), colorez les lanières de boeuf sur chaque face puis les napper de sauce soja.

2. Les nouilles

- Lorsque le bouillon de boeuf est prêt et bouillant, y plonger les nouilles chinoises.
- Laissez cuire deux minutes tout en remuant. Les retirer du bouillon et garder le bouillon pour la suite.
- Dans une petite poêle, faire griller les cacahuètes (sans rajouter de matière grasse).

3. Le bouillon acidulé

- Versez dans le bouillon chaud, les feuilles de coriandre, le jus du citron vert, le gingembre haché finement, le baton de citronnelle taillé grossièrement. Disposez le piment. Laissez bouillir pendant environ 5 minutes à feu doux.

4. Le dressage

- Au moment de servir, faites bouillir le bouillon, ajoutez-y le soja, les nouilles chinoises, les lanières de boeufs. Disposez le tout dans une assiette creuse, saupoudrez de cacahuètes et de quelques feuilles de coriandre.
- Régalez-vous avec cette salade de boeuf façon thaï

