

Salade vietnamienne de lotus

Ingrédients pour salade:

1 pot de 16 onces de tiges de lotus
1 petit radis daikon
2 carottes
1 petit concombre
1/2 poivron rouge
1/2 poivron jaune
1/2 oignon jaune ou blanc
2/3 de tasse de vinaigre blanc
2/3 de tasse de sucre
2/3 de tasse d'eau
Poivre
1 poitrine de poulet (250g)

Ingrédients pour vinaigrette:

1/4 de tasse de sauce de poisson
1/4 de tasse de sucre
1 c. à table d'eau
1 gousse d'ail
1 piment thai
1/2 lime

Garnitures et accompagnements:

Chip de crevettes ou de crabe
1/4 d'arachides grillées et broyées

Étapes (1ere journée):

Couper les carottes en juliennes de 1mm, les mettre dans un bol et y ajouter 1/2 c. à thé sel et masser. Laissez reposer 5-10 minutes et ensuite rincer pour enlever le sel et presser pour faire sortir l'eau des juliennes.

Répétez la même opération avec les daikons.

Couper les tiges de lotus 1 fois dans le sens de la longueur et 1 fois dans le sens de la largeur et les mettre dans un bol et y ajouter 1 pincée de sel et masser. Laissez reposer 5-10 minutes et ensuite rincer pour enlever le sel et presser pour faire sortir l'eau des juliennes.

Mixer les carottes, daikons et tiges de lotus ensemble.

Mélanger le 2/3 d'eau, 2/3 de sucre et 2/3 de vinaigre et mélanger jusqu'à ce que le sucre soit dissout. Versez le liquide dans le bol de légumes et laissez mariner jusqu'au lendemain.

Cuire la poitrine de poulet avec un peu de poivre au four à 350°F pendant 45 minutes. Une fois refroidi, effilochez le poulet dans le sens de la fibre.

Étapes (2e journée):

Prendre les légumes, les mettre dans un morceau de tissu et les essorer. Mettre de côté.

Couper de tranches de concombre en biseaux puis en faire des juliennes. Mettre une pincée de sel, masser pour faire sortir un peu d'eau et essorer. Ajouter les concombres dans le bols de légumes.

Couper les poivrons en juliennes très minces. Mettre une pincée de sel, masser 5 minutes, rincer pour enlever le sel et essorer. Ajouter au bol de légumes.

Couper l'oignon en tranches très minces et laisser tremper 10 minutes dans un bol d'eau froide pour adoucir le goût, égoûter et ajouter aux légumes.

Préparer la coriandre vietnamienne: en les séparant les feuilles des tiges, en les lavant et en les coupant grossièrement. Ajouter au légumes.

Faire revenir dans le wok les crevettes avec un peu d'huile. Les couper en moitiés et les ajouter aux légumes.

Étapes pour la vinaigrette:

Dans un petit chaudron, mélanger 1/4 de tasse de sucre avec 1 c. à table d'eau et 1/4 de tasse de sauce de poisson. Mixer pour faire dissoudre le sucre et amener à ébullition pour épaissir légèrement. Fermer le feu et laissez refroidir.

Dans un robot culinaire, mettre 1 gousse d'ail, 1 piment thai et la pulpe d'une demi lime et broyer finement. Verser le mélnage dans le petit chaudron de sauce de poisson qui a refroidi.

Étapes finales:

Mélanger tous les légumes ensemble, ainsi que le poulet et y ajouter la vinaigrette un peu à la fois en continuant de bien mélanger, jusqu'à ce que vous trouvez que la salade soit assez salée (selon la quantité de vinaigrette que vous y avez ajouté).

Ajouter la garniture: crevettes coupées en demi et arachides grillées et broyées.

Cuire les chips de crevettes (ou crabe) et servir avec la salade.