

## RECETTES VIETNAMIENNES

### PHO végétarien



|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>ÉPICES</b><br>⇒ <b>Griller</b> | Korianderzaad – <i>graines de coriandre</i><br>Kaneel – <i>cannelle</i><br>Venkelzaad – <i>graines de fenouil</i><br>Steranijs – <i>anis étoilé</i><br>Kruidnagel – <i>clou de girofle</i> |
| <b>4 gros oignons</b>             | faire noircir dans une poêle   |
| <b>4 morceaux de gingembre</b>    | faire noircir dans une poêle   |
| <b>3 Carottes</b>                 |  |
| <b>250g Champignons</b>           |  |
| <b>50g champignons séchés</b>     |  |
| <b>1 apple</b>                    |  |
| <b>Miso</b>                       |  |
| <b>Soyasauce</b>                  |  |
| <b>vinaigre de riz</b>            |  |

### 2. Rouleaux de printemps

- 8 feuilles de papier de riz
- 100 g de vermicelles de riz
- 1 carotte, coupée en julienne
- 1 concombre, coupé en fines lanières
- 1/2 avocat, coupé en tranches fines
- 1 poignée de menthe fraîche
- 1 poignée de coriandre fraîche
- 100 g de tofu, coupé en fines lanières (soit des scampis, soit de la viande)



#### Pour la sauce de trempage 1 :

- 3 cuillères à soupe de sauce de poisson
- 2 cuillères à soupe de jus de citron vert (frais pressé)

1 cuillère à soupe de sucre

2 cuillères à soupe d'eau

1 gousse d'ail (finement hachée)

1 piment rouge (finement haché, optionnel pour plus de piquant)

**Pour la sauce de trempage 2 :**

3 cuillères à soupe de sauce hoisin

1 cuillère à soupe de beurre de cacahuète (de préférence crémeux)

1 cuillère à café de vinaigre de riz (ou de jus de citron vert)

1 cuillère à café de sucre (optionnel, pour plus de douceur)

1 cuillère à soupe d'eau (pour diluer la sauce, selon votre préférence)

Eventuellement : une pincée de piment ou un peu d'huile de sésame pour plus de saveur

**DESSERT : Chè Chuối vietnamien**

4 [banane](#) ( bien mûre )

50 grammes de perles de tapioca

400 ml de [lait de coco](#)

300 ml d'eau

100 grammes de sucre

1 sachet de sucre vanillé

Cacahuètes grillées



Dans un bol, verser le tapioca et couvrir d'un grand volume d'eau. Laisser tremper 30' puis égoutter. Pendant ce temps-là, dans une grande casserole, verser le lait de coco et l'eau (en option: avec 2 feuilles de Lá Dứa / pandanus) Chauffer à feu doux jusqu'à ébullition. .

Ajouter les sucres, mélanger. Rajouter les perles de tapioca égouttées. Faites cuire 10' jusqu'à ce que les perles soient translucides. La préparation va s'épaissir. Eplucher les bananes, les couper en tronçons de 1 à 2 cm (en biseau si vous voulez que ce soit plus esthétique) et les ajouter dans la casserole. Cuire encore 5' et c'est prêt!

Si vous avez des cacahuètes blanches, vous pouvez les faire revenir à la poêle jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées puis les concasser grossièrement. Servir tiède (ou froid si vous préférez) et parsemer d'éclats de cacahuètes grillées. NB: j'aime bien quand c'était plutôt épais, en refroidissant, le dessert va encore s'épaissir un peu!