AQUEDUC MONTFERRIER

http://aqueduc-montferrier.fr

ATELIER CUISINE 25 ET 26 JANVIER 2016
« RETOUR EN ASIE »

NEMS AU PORC

Ingrédients pour 4 personnes

- Crêpes de riz : 16
- Echine de porc : 160gr
- Pousse de soja 1bocal=175gr
- Champignons noirs : 12gr
- Vermicelles de soja : 50gr
- Carotte râpée : 1
- Œufs : 2
- Coriandre hachée : ½ bouquet
- Ail écrasé : ½ gousse
- Sauce soja : 4 cuillères à soupe
- Nuoc-mâm : 4 cuillères à soupe
- Menthe : 4 branches
- Laitue : 4 feuilles
- Farine : 1 cuillère à soupe
- Eau : ½ verre

Pour la sauce

- Vinaigre de cidre : 3 cuillères à soupe
- Sucre : 1 cuillère à soupe
- Carotte râpée : ½
- Nuoc-mâm : 1 cuillère à café
- Eau : 1 verre

Préparation

Faire tremper dans des récipients séparés et dans de l'eau chaude les champignons noirs et les vermicelles de soja environ 5 mn.
Egoutter le soja. Hacher le porc. Râper la carotte. Egoutter et hacher les vermicelles de soja et les champignons noirs.
Dans une jatte, mélanger le porc, les carottes, le soja, les champignons noir, les œufs, la sauce soja, la gousse d'ail écrasée, le nuoc-mâm et la coriandre hachée.
Laisser macérer 1h au frais.
Préparer les rouleaux

Préparer les nems une heure au moins avant la cuisson :

Dans une bassine, verser de l'eau chaude (50° environ) et la sucrer légèrement.
Sur le plan de travail étendre un torchon plié en deux.
Tremper au fur et à mesure les feuilles de riz 2 par 2 pendant 2 à 3 secondes.
Avec les deux mains, sortir les feuilles de l'eau et les étaler bien à plat devant vous.
Tout en bas du disque de riz placer une cuillère à soupe de farce, replier en serrant bien les bords latéraux en une bande verticale puis en partant du bas rouler en remontant la farce sur elle-même tout en maintenant les bords latéraux pour éviter qu'ils ne s'écartent.
Mélanger la farine avec ½ verre d'eau très chaude. Tremper un pinceau dedans et souder les bords du rouleau. Retourner le sur lui-même. Recommencer ainsi pour chaque rouleau.
Faire chauffer la friteuse.
Pendant ce temps, préparer la sauce en mélangeant les éléments dans un bol, rectifier l'assaisonnement.
Laver et essorer la menthe et la salade.
Faire cuire les rouleaux en petite quantité pour éviter qu'ils ne collent entre eux pendant quatre à cinq minutes dans l'huile chaude mais non fumante. Les égoutter sur du papier absorbant et les servir bien chauds.
Les déguster entourés d'une feuille de salade et de feuilles de menthe puis trempés dans la sauce.
Ces rouleaux peuvent se congeler une fois frits ; on les réchauffera soit au four soit à la friteuse.

HA KAO (RAVIOLIS VAPEUR)

Ingrédients pour 40 raviolis

Pour la pâte

- 200 g de fécule (=amidon) de froment (épicerie asiatique)
- 100 g de maïzena
- 30 cl d'eau bouillante
- 2 cuillères à soupe d'huile (ou saindoux fondu)

Pour la farce

- 700 g de crevettes fraîches
- 80 g de châtaignes d'eau (épicerie asiatique)
- 4 champignons noirs
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de sucre
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 1 cuillère à soupe de vin de shaoxing (épicerie asiatique)

- 2 tranches de gingembre
- 30 g de maïzena
- 1 petite cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 blanc d'œuf

Pour la sauce aigre douce

- 4 cuillères à café de sauce soja claire
- ½ cuillère à café de pâte de piment
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de riz
- 3 cuillères à café de sucre en poudre

Préparation :

Ouvrez la boîte de châtaignes d'eau et rincez-les plusieurs fois.
Mettez les champignons noirs à tremper dans l'eau.
Mélangez la fécule, la maïzena, l'huile et le sel. Versez l'eau bouillante d'un seul trait. Mélangez vigoureusement avec une fourchette ou une paire de baguettes.
Pétrissez tout de suite la pâte en l'écrasant. La pâte va devenir lisse et moelleuse petit à petit.
Épluchez les crevettes, puis coupez- les en petits morceaux à l'aide d'un couteau (ne pas utiliser le robot, ce sera trop fin après). Réserver.
Dans le robot avec le couteau hachoir, mixez : les châtaignes d'eau, les champignons noirs, le sel, le sucre, le bouillon de volaille réduit en poudre, la maïzena, le gingembre, le vin de shaoxing et le blanc d'œuf.
Une fois que tout est bien amalgamé, ajoutez les crevettes. Mélangez à la main.
Faites un boudin de pâte d'1cm de diamètre Taillez le boudin en rondelles régulières d'1 cm Prenez une rondelle de pâte et étalez-là à la main en un cercle d'environ 7 cm de diamètre.
Mettez une cuillère à café de la farce au centre de ce cercle. Puis, soudez les bords. En cas de fendillement, on peut faire un peu de raccommodage, en pinçant la pâte à l'endroit de la fissure.
Renouvelez l'opération.
Essayer de maintenir les Ha Kao dans une atmosphère humide (éviter toujours le contact direct de l'eau et de la pâte, sinon, elle va mal se tenir à la cuisson = trop gluant).
Faites cuire à la vapeur. Ils sont cuits quand ils sont transparents. Comptez une dizaine de minute. Servez avec une sauce aigre douce
Pour la sauce aigre douce faites un sirop avec le sucre et un peu d'eau, mélangez la pâte de piment avec la sauce soja, le vinaigre de riz et ajoutez le sirop refroidis

BŒUF AUX NOUILLES ET AUX CACAHUETES

Ingrédients pour 4 personnes

- 400 gr de rumsteck
- 250 gr de nouilles de riz
- 4 cuillères à soupe de cacahuètes non salées
- 1 piment oiseau séché
- 3 cm de gingembre frais
- 4 gousses d'ail
- 2 cuillères à café de sucre en poudre
- ½ citron
- 5 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- 1 bouquet de coriandre
- 1 bouquet de menthe
- Sel poivre

Préparation

Eplucher les gousses d'ail. Pelez le gingembre, pressez le citron. Hachez les herbes. Concassez les cacahuètes. Détaillez le bœuf en fines lamelles. Mixez l'ail, le gingembre, le jus de citron et ajoutez le piment, le sucre, 3 c a s d'huile, les herbes et un peu de sel. Mélangez. Faites cuire les nouilles dans de l'eau bouillante salée pendant 5 min Faites chauffer le reste d'huile, faites revenir les lamelles de bœuf pendant 2 min en les retournant régulièrement. Ajoutez les nouilles, mélangez, ajoutez la sauce, parsemez de cacahuètes et décorez de feuilles de menthe.

SUSHIS A LA MANGUE

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 mangue
- 23 cl d'eau
- 125 g de riz rond à sushi
- 20 cl de lait de coco
- 10 gr de gingembre confit
- 20 gr de fruits confits hachés
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 2 feuilles de galette de riz

Préparation

Rincez le riz dans de l'eau froide pour lui retirer son amidon. Renouvelez l'opération 5 fois. Dans une casserole, versez le lait de coco, le sucre en poudre, le riz et ajoutez l'eau. Réduisez le feu dès que le mélange rentre en ébullition. Laissez cuire 10 minutes tout en remuant pendant la cuisson. Une fois le riz cuit et collant, mélangez et laissez le refroidir sur le coin de la table. Ajoutez le gingembre confit haché et les fruits confits Coupez ensuite la mangue en fines tranches à l'aide d'une mandoline et retirez la peau à l'aide d'un couteau. Réhydratez la galette de riz en la trempant dans de l'eau chaude puis placez là sur le plan de travail, si la galette sèche rapidement vous pouvez la poser sur une serviette humide. Disposez sur le bord face a vous un peu de riz, mettez au centre une lamelle de mangue et formez un rouleau Commencez par rabattre le bord droit sur le côté puis le bord gauche et prenez le bout de la galette et recouvrez le mélange de mangue et de riz puis roulez jusqu'au bout. Coupez ensuite à l'aide d'un couteau bien aiguisé le rouleau en 6 pièces. Dégustez aussitôt.