

Pad Thai

Ingrédients pour 1 personne :

- 60 g de tofu ferme
- 60 g de poulet ou 4 crevettes crues (facultatif)
- 1 échalote
- 1 œuf
- 40 g de nouilles de riz sèches
- 1 càs de sauce poisson (nam pla), de nuoc mam ou de sauce soja
- De la pâte de tamarin (disponible en épicerie asiatique) ou du concentré de tamarin
- 1 càs de cassonade
- ½ carotte
- 1 citron vert
- Une poignée de pousses de soja
- 2 oignons nouveaux très fins (ou ciboule à trouver en épicerie asiatique)
- 1 càs d'huile végétale neutre



Pour servir :

- 2 oignons nouveaux très fins
- 2 càs de cacahuètes pilées
- Un peu de piment en poudre
- Un peu de cassonade

Préparation :

Préparer les pâtes : Dans un bol placer les nouilles de riz et verser dessus de l'eau bouillante, mélanger pour éviter que les pâtes collent et égoutter 10 min après.

Préparer la sauce : Dans un bol placer la pâte de tamarin (avec les noyaux) et verser dessus de l'eau chaude et mélanger, au bout de 10 min mélanger et passer le mélange en pressant bien. Dans un bol, verser 1 càs de sauce poisson ou de sauce soja, 1 càs de cassonade, 3 càs du jus de tamarin précédemment réalisé, le jus d'1/2 citron vert. Pour bien couper un citron vert façon thaï, se référer à la photo ci-jointe.

Préparer les légumes : Eplucher et couper en fine julienne (ou râper) la carotte. Eplucher et émincer l'échalote. Laver et découper les 2 oignons frais en morceaux de 2 cm de long.



Préparer les protéines : Découper le tofu ferme en cubes. Découper le poulet en fines lamelles. Dénerver les crevettes. Craquer l'œuf dans un petit bol.

Dans un plateau, rassembler les préparations réalisées précédemment en les alignant dans l'ordre :

1. Un bol avec l'échalote émincée et le tofu en cube + la viande ou les crevettes si vous en mettez
2. Un bol avec l'œuf craqué
3. Les nouilles et un bol avec la sauce
4. Les légumes découpés (carotte, soja, oignon frais)

Attention à ne pas commencer la cuisson tant que toute la mise en place n'est pas faite !

Pour la cuisson, vous pouvez vous fier à la vidéo jointe.

Dans un wok chaud mettre 1 càs d'huile végétale neutre en la déposant sur l'extérieur.

Une fois qu'elle fume, ajouter le tofu, l'échalote et la viande et remuer, dès que l'échalote commence à sentir et que la viande ou les crevettes sont cuites ajouter l'œuf.

Cuire l'œuf en remuant immédiatement, dès qu'il est brouillé, ajouter les nouilles et la sauce.

Remuer jusqu'à ce que les nouilles s'imbibent de la sauce.

Finir en ajoutant les légumes, sauter 10 secondes et sortir du feu.

Servir immédiatement avec un quartier de citron vert, un peu de cacahuètes pilées, un peu de cassonade, un peu de cacahuètes pilées et manger sans attendre !

Bon appétit !

Pour la petite histoire :

Le pad thaï (ผัดไทย) est sans doute le plat thaïlandais le plus connu à travers le monde mais il est en même temps celui qui représente le moins la cuisine thaïlandaise traditionnelle.

Plaek Phibunsongkhram ou plus simplement Phibun comme il était appelé en occident, est le nom du premier ministre dictateur de l'état thaïlandais qui a régné sur le pays pendant la seconde guerre mondiale mais aussi jusqu'en 1957.

Pourquoi parler d'un dictateur sur une recette de pad thaï ? Tout simplement parce que Phibun était apparemment aussi bon stratège militaire que cuisinier !

Durant son premier mandat de 1938 à 1944, les temps étant durs, Phibun avait décidé de créer et populariser un plat aux ingrédients abordables qui pouvait nourrir son peuple, étant donné que le riz, un des ingrédients phares de la cuisine thaïlandaise était assez cher pour les catégories sociales les plus pauvres. L'utilisation de nouilles de riz à la place du riz allait aussi permettre de réduire la consommation domestique de riz afin de disposer de plus grandes quantités pour l'exportation et permettre au pays de se redresser économiquement.

C'est ainsi que le pad thaï est né. Le pad thaï ou de son nom complet le kway teow pad thaï, est un plat de nouilles de riz sautées avec des ingrédients mais aussi des saveurs assez variées.