



Les plats principaux

Steak au wok avec noix de cajou, concombre acidulé et sauce orientale

Pour 4 personnes.

Ingrédients

500 grammes steaks (pelé ou entrecôte)
150 grammes champignons des bois (mix)
80 grammes noix de cajou
1 cuillère à soupe de graines de sésame
2 paksoi (mini)
2 oignons rouges
huile d'arachide
poivre
sel

Pour la sauce

2 centilitres de gingembre (frais, râpé)
1 piment (rouge en fins anneaux)
2 gousses d'ail (pressées)
2 cuillères à soupe de sauce d'huître
1 cuillère à soupe de jus de citron
2 cuillères à soupe de sauce soja
1 cuillère à soupe de vinaigre de riz
1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Pour le concombre acidulé

1 concombre
1 cuillère à soupe de sambal
150 millilitres de vinaigre
150 grammes de sucre

Méthode de préparation

Coupez la viande en lamelles. Mélangez tous les ingrédients pour la sauce puis déposez-y les lamelles de viande. Mélangez bien, couvrez et laissez mariner 15 minutes au frigo. Ramener ensuite la viande à température ambiante.

Pour le concombre acidulé portez à ébullition le vinaigre avec le sucre et le sambal puis éteignez le feu. Coupez le concombre en fines rondelles que vous déposez dans le liquide aigre-doux et laissez mariner jusqu'à ce que le plat au wok soit prêt.

Rôtissez les noix de cajou 5 minutes dans une poêle sèche. Coupez les plus gros champignons en deux. Coupez les choux chinois en deux puis en lamelles. Coupez les oignons rouges en anneaux. Chauffez un filet d'huile d'arachide dans le wok. Retirez la viande de la marinade et cuisez-la dorée et à point en 4 minutes. Retirez-la du wok.

Chauffez de nouveau un filet d'huile dans le wok et cuisez-y les champignons bien dorés à feu fort. Ajoutez le chou chinois et les oignons et cuisez encore une fois 3 minutes en mélangeant. Remettez la viande et faites réchauffer. Goûtez et éventuellement salez et poivrez.

Entretemps réchauffez la sauce orientale. Répartissez les noix de cajou et les graines de sésame sur le plat au wok et servez avec le concombre acidulé et la sauce réchauffée.

