



Les plats principaux

Pad thaï au poulet

Pour 4 personnes.

Ingrédients

250 grammes poulet (filet)
2 cuillères à soupe de beurre d'arachide
3 cuillères à soupe de sauce poisson
4 cuillères à soupe de sauce soja
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
80 grammes de cacahuètes
200 grammes de nouilles
2 œufs
250 grammes de pousses de soja
1 petite botte de jeunes oignons
1/2 bouquet de coriandre
1 gingembre (2 cm)
2 gousses d'ail
2 citrons verts
1 piment
1 oignon

Méthode de préparation

Mettez les nouilles dans un plat et versez de l'eau bouillante dessus. Faites cuire comme indiqué sur l'emballage puis égouttez.

Ciselez l'oignon et l'ail. Épluchez le gingembre et coupez-le finement. Coupez le piment sur 1 côté dans la longueur, retirez les graines puis coupez le piment en fines rondelles. Lavez puis coupez les jeunes oignons grossièrement. Hachez les cacahuètes grossièrement. Coupez le filet de poulet en lamelles. Coupez les citrons verts en quartiers.

Chauffez l'huile d'olive dans un wok et en mélangeant rôtissez-y les morceaux de poulet bien dorés. Ajoutez l'oignon, l'ail, le gingembre et le piment puis cuisez 3 minutes en remuant.

Cassez les œufs dans le wok puis cuisez-les en les mélangeant aux légumes et au poulet. Ajoutez ensuite les pousses de soja et cuisez encore 2 minutes.

Assaisonnez avec la sauce poisson, la sauce soja et le beurre de cacahuète. Mélangez bien le tout.

Ajoutez les nouilles et mélangez. Parachevez avec les cacahuètes hachées et les jeunes oignons. 7 Servez avec les quartiers de citron vert et des feuilles de coriandre.

