



**TRANSGOURMET**

## Recette végétane ! Pad Thai végétane



### Ingrédients

- Carottes 2 pièces
- Courgette 1 pièce
- Poivrons jaunes 3 pièces
- Gousse d'ail 1 pièce
- Oignon rouge 1 pièce
- Nouilles chinoises 800 g
- Bouillon basilic thaï 1,5 litre
- Huile de sésame 50 ml
- Noix de cajou 40 g
- Citron vert 1 pièce
- Tofu 600 g
- Coriandre 10 g

Sauce sucrée salée :

- Sauce soja 40 ml
- Vinaigre de cidre 10 ml

- Sirop d'érable 20 g
- Bouillon basilic thaï 100 ml
- Piment d'Espelette Pm
- Pousses de basilic thaï Pm

## Préparation

Eplucher et laver les légumes.

Tailler tous les légumes en fine julienne.

Hacher finement l'ail dégermée.

Cuire les nouilles dans un bouillon au basilic thaï 4 minutes.

Dans un wok bien chaud avec l'huile de sésame, faire revenir les légumes 4 minutes (ils doivent rester légèrement croquants).

Ajouter les nouilles, les noix de cajou hachées, le citron vert zesté et la coriandre hachée.

Griller le tofu à la plancha avec un filet d'huile de sésame.

### **Sauce sucrée salée :**

Mélanger ensemble tous les ingrédients.

Dresser le pad thaï puis assaisonner de sauce sucrée salée et disperser quelques pousses de basilic thaï dessus.

---