



## Les recettes

**Atelier cuisine RITA**

**04/06/2012**

### **BO BUN**

Recette pour 20 personnes

#### **INGREDIENTS :**

- 5 paquets de vermicelles de riz
- 2 Kg de Viande de viande de bœuf (steak)
- 2 paquets de cacahuètes, poudre de curry, sucre, sel
- 2 concombres coupés en dés
- 1kg de carottes rapées
- 10 oeufs
- 200g de germes de soja salade (batavia), coriandre et menthe.
- 3 oignons, ail
- Sauce nuoc man, sauce d'huîtres, sauce soja, cube saveur poulet, citron

#### **PREPARATION**

- Faire tremper les vermicelles dans l'eau chaude pour les cuire.
- Cisaille la viande crue, la laisser mariner ½ h avec la sauce d'huîtres, le curry, du nuoc man et une pincée de sucre.
- Faire revenir à vif dans un wok la viande, l'oignon, l'ail : la viande doit être à peine cuite.
- Mixer les cacahuètes.
- Servir dans un bol au fond les légumes : germes de soja, concombre, carottes, batavia, feuilles de menthe, coriandre, vermicelles et par dessus la viande et les cacahuètes.
- Sur la table mettre une sauce avec du nuoc-man, du citron coupé, du sucre et de l'ail pour que chacun puisse assaisonner selon ses goûts.

***En option : pour fêter la naissance du petit Éliot (petit fils de Marie Christine) nous avons dégusté la Marquissette***

Faire macérer : 2 bouteilles de Bourgogne aligoté , ¼ de l de sirop de canne  
5 jus de citron garder ½ journée au frais au moment de servir ajouter 1l de Perrier et des rondelles de citron.

**accompagnée de beignets de poivrons, d' haricots verts, de patates douces et de courgettes préparés avec la farine chinoise « self raising flour » (ajouter simplement eau et sel).**

**FÉLICITATIONS à toutes LONGUE VIE au BÉBÉ et à l'atelier cuisine.**