



## Les recettes

**AAFV Atelier cuisine RITA**

**lundi 15 avril 2013**

### **LAP = chance**

(plat laotien mangé le jour du nouvel an)

Recette pour 20 personnes

#### **INGREDIENTS :**

2,5 Kg de rumsteack

3 boîtes de lait de coco, des patates douces

7 œufs, du riz grillé

Légumes pour la salade : soja, carottes, tomates, endives, concombres, 3 salades (iceberg).

3 oignons, échalotes, ail, 5 feuilles de combawa (agrume à l'arôme de citronnelle), coriandre, menthe, cacahuètes, du galanga.

Sauce nuoc man, 3 citrons

#### **PRÉPARATION de la viande :**

- Faire revenir la viande dans la poêle, la couper en morceaux très fins.
- Dans un saladier travailler la viande avec les oignons, les échalotes, le combawa coupé en fines lamelles, le galanga, le soja rincé, la menthe et la coriandre.

Faire cuire le riz.

#### **PRÉPARATION de la SALADE :**

- Laver les légumes, menthe et coriandre.
- Râper les carottes, éplucher les oignons, les couper en lamelles ainsi que la salade, faire bouillir les œufs
- Mélanger les carottes, la salade, les tomates, le soja, les concombres, les cébettes (facultatif) ajouter la menthe, la coriandre, les blancs d'œuf coupés et les cacahuètes mixées.

#### **PRÉPARATION de la SAUCE SALADE :**

- Mélanger 2 cuillères à soupe de sel, 2 tasses de sucre en poudre, 2 tasses d'eau
- Ajouter l'ail coupé en petits morceaux
- 3 jus de citron mieux avec du vinaigre blanc (se conserve plus longtemps)
- 10 cuillères à soupe de Nuoc man
- Ajouter les jaunes d'œuf écrasés

#### **PRÉPARATION du DESSERT :**

Faire cuire les patates douces dans le lait coco, ajouter du tapioca, du sucre, une pincée de sel et 2 sachets de sucre vanillé.

« Petit Truc » de Rita

Acheter un pot d'olives vertes « au magasin préféré de Rita », les rincer et ajouter de la sauce Nuoc man. Laisser macérer, c'est délicieux !!!!