



Les recettes

A A F V RECETTE cours RITA

21/01/2013

P H O (soupe chinoise)

Recette pour 20 personnes

INGREDIENTS :

- 1 kg morceau plat de côtes et paleron de bœuf
- 1,5 kg viande de bœuf (rumsteck tranches)
- Os de poulet , os de porc
- 1 cube or, 2 cubes de bouillon de poulet
- Mélange épices (cannelle, anis étoilé, muscade, gingembre), une compresse
- 2 oignons, 3 carottes, une branche de céleri (pour le bouillon)
- 5 paquets de pâtes
- Oignons ou cebettes
- 3 citrons
- 500grs de soja frais, 2 salades
- 1 botte de menthe et de coriandre
- Piments
- Sauce nuoc man

PREPARATION :

La veille : faire un bouillon avec le plat de côtes, le paleron, 1 cube or, 2 cubes de bouillon de poulet, os de poulet et de porc, 1 oignon, 3 carottes, une branche de céleri préalablement grillé (griller les carottes, l'oignon avec la peau dans papier alu au-dessus du bruleur de la gazinière)

Mettre les épices dans une compresse, sel, poivre, faire cuire 3h, non couvert.

Le lendemain, enlever la graisse du dessus, sortir la viande, l'émietter, réserver.

Couper la viande crue de bœuf en fine lamelles et réserver ;

Faire tremper les pâtes dans l'eau tiède, pendant 10 mn, égoutter les plonger ensuite 2 mn dans l'eau bouillante, égoutter et réserver.

Vous avez lavé la salade ainsi que la menthe et la coriandre que vous effeuillez, les mettre dans un plat et réserver.

Laver le soja frais et réserver.

Remettre le bouillon à chauffer.

Présenter dans des assiettes creuses : les pâtes, le soja frais, des lamelles de bœuf cru, le bœuf cuit, oignons ou cebettes, 1 c. à soupe d'ail frit et verser le bouillon chaud dessus, parsemer d'herbes fraîches et de feuilles de salade.