



Les recettes

cours de cuisine VAN

25/1/2010

BUN BO (Plat au bœuf)

NEMS aux légumes

Recette pour 20 personnes

INGREDIENTS :

- 2 kg bœuf, viande à fondue
- 2 paquets de 40 galettes de blé (TYP SPRING roll pastry : feuilles à samoussa)
- 3 œufs
- 1 chou blanc
- 250 grs champignons noirs parfumés
- 2 kg de carottes
- 250 grs MGO NGAI (herbes vertes)
- 1 kg soja
- 4 cebettes, 2 paquets de menthe, 1 paquet de basilic, 2 paquets de coriandre, 1 concombre,
- 2 têtes d'ail, 2 kg d'oignons.
- 4 salades
- 4 paquets de vermicelles de riz (pour le plat) plus 150 grs de vermicelles de riz (pour les nems)
- 6 citons verts
- 300grs de cacahuètes hachées

NEMS AUX LEGUMES :

- 1kg de carottes râpées
- 125 grs de vermicelles de riz trempés dans l'eau chaude
- 7 gousses d'ail hachées
- 8 oignons hachés
- 3 oeufs
- 1 chou blanc coupé en très fines lamelles

Effeuille la mente, la salade et quelques feuilles de coriandre

250 grs de champignons noirs les faire tremper dans l'eau chaude et les hacher au hachoir

Couper le concombre en deux dans le sens de la longueur, l'évider avec une petite cuillère et le trancher en fines lamelles. Ajouter la sauce nuoc man

Couper le MGO NGAI en tronçon de 3 cm

Faire revenir les oignons, ajouter le chou, les carottes mettre ½ louche de nuoc man, 2c. à café de sel, 4c. à café de poivre, ajouter les champignons et les vermicelles, laisser cuire en laissant

le mélange croquant. Ajouter hors du feu 3 œufs entiers, bien mélanger le tout.

Prendre une feuille entière, déposer une ½ feuille dessus, mettre 1 c. à soupe de farce de légumes, rouler 1 tour puis rabattre les côtés et finir en roulant.

Mettre de l'huile à chauffer et faire frire les nems de légumes.

Servir avec la salade, de la menthe, des feuilles de coriandre et la sauce nuoc man habituelle.

BUN BO :

Après avoir coupé la viande en très fines lamelles, lui ajouter une à deux louches de nuoc man, 6 gousses d'ail, 1 c. à café de sucre, 1 c. à café de poivre, mélanger le tout et laisser mariner le temps de faire les nems.

Faire revenir les oignons, mettre la viande, sel, poivre, nuoc man, remuer, ajouter les cebettes effilées et laisser cuire quelques minutes.

Pour servir :

mettre dans le bol, (en gardant le reste de la sauce des nems), les vermicelles, les carottes râpées, les herbes fraîches, le soja les cacahuètes, la viande cuite et la sauce nuoc man traditionnelle avec le concombre en lamelles.