

## Quelques recettes thaïlandaises

Écrit par Administrateur  
Jeudi, 01 Avril 2010 04:11

---



La cuisine thaïlandaise est exceptionnellement inventive et parfumée. Elle se caractérise par l'utilisation de plantes aromatiques, de condiments, d'épices et surtout de piment. C'est donc une cuisine très pimentée, mais on trouve également d'innombrables plats non pimentés, parfois même doux et sucrés. Découvrez des idées de recettes thaï aux saveurs exotiques et originales.

## Quelques recettes thaïlandaises

Vous souhaitez retrouver les recettes que vous avez dégustées lors d'un précédent voyage en Thaïlande ou bien souhaitez découvrir la cuisine thaïlandaise...voici quelques idées de recettes de plats typiques thaïlandais aux saveurs exotiques.

---

### Poulet thaï aux noix de cajou



Préparation :

15 minutes

## Quelques recettes thaïlandaises

Écrit par Administrateur  
Jeudi, 01 Avril 2010 04:11

---



**Cuisson :**

8 minutes



**Difficulté :**

Facile



**Piquant :**

Moyen

### **Ingrédients (pour 4 personnes) :**

- 500 g de blanc de poulet
- 75 g de noix de cajou
- une botte de ciboule (épicerie asiatique) ou oignons nouveaux
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe de sauce poisson
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 3 cuillères à soupe de sauce d'huître
- 2 cuillères à soupe de sucre de palme
- un piment rouge
- cuillère à soupe d'huile de tournesol

### **Préparation :**

Dans un wok faire colorer avec 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol les noix de cajou, les réserver sur un papier absorbant. Couper le poulet en cubes, la ciboule en tronçon de 5 cm de long.

Dans un bol préparer la sauce en délayant le sucre de palme avec la sauce poisson, sauce soja et la sauce d'huître. Couper très finement le piment vidé de ces graines. Faire chauffer 3 cuillères à soupe d'huile de tournesol dans le Wok, y jeter la gousse d'ail emincée et la faire roussir, ajouter le poulet en remuant sans cesse, incorporer la sauce la ciboule et le piment et servir aussitôt.

Accompagnement conseillé : un riz parfumé.

---

## **Pad thai (nouilles sautées à la thaïlandaise)**

## Quelques recettes thaïlandaises

Écrit par Administrateur  
Jeudi, 01 Avril 2010 04:11

---



 Préparation :

30 minutes

 Cuisson :

10 - 15 minutes

 Difficulté :

Moyen

 Piquant :

Moyen

### **Ingédients (pour 4 personnes) :**

- 250 g de nouilles de riz épaisses
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 3 gousses d'ail, écrasées
- 2 cuillères à café de piments rouges, hachés
- 150 g de porc finement émincé
- 100 g de chair de crevettes, hachée
- un bouquet de ciboule de Chine, haché
- 2 cuillères à soupe de sauce de poisson
- 2 cuillères à soupe de jus de citron vert
- 2 cuillères à café de sucre roux
- 2 oeufs battus
- 1 tasse de germes de soja
- 1 brin de coriandre fraîche
- 1/4 de tasse de cacahuètes grillées, concassées

### **Préparation :**

Tremper les nouilles de riz 10 mn dans de l'eau chaude, jusqu'à ce qu'elles ramollissent. Égoutter et réserver. Chauffer l'huile dans un wok ou une grande poêle. Lorsque l'huile est très

## Quelques recettes thaïlandaises

Écrit par Administrateur  
Jeudi, 01 Avril 2010 04:11

---

chaude faire revenir l'ail, les piments et le porc en remuant constamment pendant 2 mn. Ajouter la chair de crevettes et faire cuire 3 mn sans cesser de remuer. Ajouter la ciboule et les nouilles, couvrir et prolonger la cuisson d'1 mn. Ajouter la sauce de poisson, le jus de citron vert, le sucre et les œufs. Bien mélanger à l'aide de pincettes ou de 2 cuillères en bois, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud. Parsemer de germes de soja, de coriandre et de cacahuètes.

Ce plat s'accompagne traditionnellement d'oignons frits, de sucre roux et de cacahuètes hachées.

---

### Poulet thai coco



Préparation :

30 minutes



Cuisson :

30 minutes



Difficulté :

Moyen



Piquant :

Léger

#### **Ingédients (pour 4 personnes) :**

- 400 g de blanc de poulet
- huile d'olive
- 3 champignons noirs séchés
- 1 boîte de lait de coco (50 cl)
- sauce soja
- 4 oignons

## Quelques recettes thaïlandaises

Écrit par Administrateur  
Jeudi, 01 Avril 2010 04:11

---

- 2 carottes
- Curry
- nouilles chinoises ou riz thai

### **Préparation :**

Coupez en fines lamelles le poulet puis faites le mariner 15 mn dans de la sauce soja (1/3 de verre environ). Pendant ce temps, faites tremper les champignons noirs dans un bol d'eau tiède.

Coupez les oignons et les carottes, faites les revenir à feu doux avec 1/2 verre d'huile d'olive puis coupez les champignons et incorporez-les au mélange. Sortez-les du feu.

Faites revenir le poulet (feu moyen) sans gras, lorsqu'il est doré, recouvrez-le intégralement de curry puis ajoutez le mélange oignons champignons, laissez revenir 5 min et ajouter le lait de coco, laissez mijoter 20 min à feu très doux.

Servir avec le riz ou les nouilles chinoises.

---

Retrouvez toutes nos recettes thaïlandaises sur notre magazine, dans la section : [recettes thaïlandaises](#)