

# BEIGNET DE CREVETTES A LA JAPONAISE

Préparation: 20 mn

Cuisson 10 mn

4 personnes:

- crevettes roses : 24
- farine de riz : 150 g
  - oeuf : 1
  - riz : 1 tasse
  - eau : 25 cl
- sucre : 2 c. à soupe
- huile pour friture

1. Décortiquez les crevettes en ne laissant que la partie finale de la queue.
  2. Dans une jatte, battez l'œuf avec l'eau. Salez.
  3. Ajoutez la farine de riz en mélangeant sans fouetter.
  4. Faites chauffer l'huile de friture.
  5. Trempez successivement les crevette dans la pâte puis dans le riz cuit et jetez-les aussitôt dans l'huile bien chaude.
  6. Retirez dès que les bulles ont diminué de volume.
  7. Dégustez avec la sauce soja dans laquelle vous aurez ajouté le sucre ainsi qu'une salade de chou blanc et de fenouil.
-

# BOULETTES DE PORC SAUCE CACAHUETE

15 minutes+15 minutes de cuisson

Pour 4 à 6 personnes:

500 g de porc haché menu

2 cs de feuilles de coriandre finement hachées

2 cs d'ail écrasé

1/4 de tasse de sauce de poisson

3/4 de tasse d'huile végétale

1 piment rouge épépiné et finement haché

1 cc de gingembre râpé

2 cs de beurre de cacahuètes avec des morceaux

1 cs de sucre roux

1/2 tasse de crème de coco

1 cc de basilic haché

1. Mélangez le porc avec la moitié des feuilles de coriandre, de l'ail et de la sauce de poisson. Pétrir jusqu'à obtention d'une pâte homogène et former des petites boules à l'aide de vos mains mouillées.

2. Faire frire les boulettes dans l'huile chaude environ 5 minutes, jusqu'à ce qu'elles dorent. Retirez du feu et tenir au chaud. Ôtez l'huile, essuyez la poêle et y remettre 2 cs d'huile.

3. Faire cuire le reste de l'ail avec le piment et le

gingembre pendant 1 minute; ajoutez le reste des feuilles de coriandre et la sauce de poisson. Le beurre de cacahuètes, le sucre et la crème de coco, et remuez sur feu moyen jusqu'à épaississement. Incorporez le basilic haché.

4. Disposez les boulettes sur une assiette avec un petit bol de sauce au centre. Servir avec des bâtonnets de cocktail.

---

## BROCHETTES DE GAMBAS

**Préparation: 35 mn**

**Cuisson: 5-8 mn**

**6 personnes:**

1 bouquet de thym  
1 cs d'huile d'olive  
1 citron vert  
10 cl de lait de coco

18 gambas fraîches ou surgelées  
2 cs de sésame doré  
sel et poivre

1. Trempez les piques en bois dans l'eau froide, 15 min. au minimum. Otez la tête des gambas. Mélangez le lait de coco, l'huile et le thym émietté. Faites-y mariner le corps des gambas pendant 20 min.

2. Egouttez les gambas et embrochez-les sur les piques en

bois. Badigeonnez-les d'huile d'olive à l'aide du pinceau. Saupoudrez de sésame doré. Salez, poivrez.

3. Faites cuire les brochettes 5 à 8 min., à four chaud, en les retournant. Servez avec un filet de citron vert.

---

## **BROCHETTES DE POULET**

**25 minutes +4 heures de marinades+ 10 minutes de cuisson**

**Pour 24 brochettes:**

500 g de blanc de poulet

1 gousse d'ail

1 petit oignon coupé en deux

2 cs de sucre roux

2 cs de sauce de poisson

3 cs d'huile d'arachide

1/2 tasse de beurre de cacahuètes avec des morceaux

3/4 de tasse de crème de coco

1 1/2 cs de sauce au piment doux

1 cc de citronnelle en poudre

huile d'arachide

1. Emincez le poulet en lanières de 2 cm de large. Piquez les morceaux sur des brochettes à satay en bambou huilées. Disposez sur un plat.

2. Mettre de l'ail, l'oignon et la moitié du sucre et de la sauce de poisson dans un mixeur. Mixer jusqu'à obtention d'une pâte homogène et l'allongez avec un peu d'eau froide. Versez sur le poulet, couvrir d'une feuille de cellophane et laissez reposer 3 à 4 heures en retournant les brochettes plusieurs fois.

3. Faites chauffer le reste des ingrédients dans une petite casserole à feu moyen pendant 4 minutes. La sauce doit être onctueuse.

4. Enduire les brochettes d'huile et les griller au charbon de bois ou au gril jusqu'à ce qu'elle soient cuites et dorées en surface. Les tourner plusieurs fois pendant la cuisson et les enduire d'huile si nécessaire

5. Disposez les brochettes en éventail dans un plat rond avec un petit bol de sauce au centre.

**LES CONSEILS DE NINA:** Trempez les brochettes dans de l'eau froide avant de les utiliser afin de les empêcher de brûler pendant la cuisson

---

## **CROQUETTES DE POISSON**

**15 minutes +10 pour la cuisson**

**pour 24 croquettes:**

2 feuilles de citronnier séchées ( à tremper 15 minutes dans de l'eau chaude)

1 petit oignon

3 tranches épaisses de gingembre

1 cs de feuilles, racines de coriandre hachées

1 grosse gousse d'ail

1 piment vert épépiné

1 morceau de bulbe de citronnelle de 2 cm

350 g de filet de poisson blanc, écaillé

1 œuf

1 1/2 cs de sauce de poisson

8 haricots vert, très finement émincé

huile végétal pour la friture

1. Egouttez les feuilles de citronnier et les émincer très finement en ôtant la nervure centrale.
2. Passer l'oignon, l'ail, la citronnelle et le piment au robot pour obtenir une pâte.
3. Couper le poisson en cubes et le passer au robot avec la pâte. Ajoutez 3 à 5 cs d'eau; l'œuf et la sauce de poisson et mixer jusqu'à obtention d'un mélange lisse.
4. Ajoutez les haricots et les feuilles de citronnier, en mélangeant bien.
5. Faire chauffer l'huile dans une poêle. Déposez de grosses cuillerées de la préparation et faire frire sur les deux faces jusqu'à ce que les croquettes soient dorées et cuites.

6. Retirez du feu et égouttez sur du papier absorbant.

Servir chaud sur une assiette garnie de quartiers de citron et de persil, et accompagner d'un bol de sauce au concombre.

**LES CONSEILS DE NINA:** Servir avec de la sauce au piment doux.

---

## **CROUSTILLANTS DE CREVETTES**

**Préparation : 10 min**

**cuisson : 10 min**

**10 personnes :**

- 3 portions de fromage
- 250 g de crevettes cuites et décortiquées
  - 6 feuilles de brick
  - 1 œuf
- 4 cuillères à soupe de farine
  - Du citron
- Du persil pour décorer
- De l'huile de friture

1. Coupez les feuilles de brick sous forme de bandelettes.
2. Découpez le fromage en bâtonnets, en prenant en considération le nombre de crevettes.
3. Assemblez chaque crevette avec un bâtonnet de fromage, les mettre dans la farine, les tremper dans l'œuf (battu en neige ), puis les mettre dans les bandelettes de brick. Frire les croustillants dans 4 cuillères d'huile chaude pendant une minute de chaque côté. Présentez avec du citron et du persil.

---

# FILET DE BOEUF AU GINGEMBRE

## 231 calories

30 minutes

4 personnes :

800 g de filet de bœuf

1 1/2 cs de sauce soja

3 cc d'huile d'arachide

60 g de gingembre frais

sel, poivre

1. Emincez la viande en très fines tranches. Mettez-les dans un plat creux avec la sauce soja et la moitié de l'huile. Remuez bien et laissez reposer au frais 15 minutes.

2. Pelez et hachez finement le gingembre.

3. Chauffez le reste de l'huile dans un wok ou une sauteuse à feu vif. Ajoutez les tranches de viandes avec leur jus de macération, le gingembre haché, du sel et du poivre. Laissez cuire à votre convenance en remuant sans arrêt Servez aussitôt.

**LES CONSEILS DE NINA:** Pour couper la viande en tranches suffisamment fines pour cette recette, utilisez un couteau en céramique ou un couteau électrique.

---



# GAMBAS AU GINGEMBRE

Préparation: 30 mn

4 personnes:

1 kg de grosses gambas  
2 oignons  
1 gousse d`ail  
30 g de racine de gingembre  
Des tomates  
1 bouquet garni (thym, persil, céleri)  
2 cuillères à café de curcuma en poudre  
un peu d`huile d`arachide  
sel et poivre noir du moulin.

1. Rincez les gambas à l`eau froide et égouttez-les. Ne les décortiquez pas.
2. Epluchez et hachez les oignons et la gousse d`ail. Pelez et râpez le morceau de gingembre.
3. Entaillez les tomates en croix, plongez-les 15 secondes dans une casserole d`eau en ébullition, puis immédiatement dans de l`eau froide.
4. Pelez-les, videz-les de leurs graines et concassez-les.
5. Versez 3 cuillère à soupe d`huile dans une cocotte, ajoutez les hachis d`oignon et ail, portez sur feu moyen jusqu`à ce qu`ils soient translucides, ajoutez le gingembre, les tomates concassées, le curcuma, le bouquet garni, sel et poivre.
6. Couvrez et laissez mijoter 15 minutes à feu doux en surveillant le niveau de la sauce et en rajoutant un petit peu d`eau, si nécessaire.
7. Ajoutez ensuite les gambas dans la cocotte, remettez le

couvercle et poursuivez la cuisson, toujours à feu très doux, pendant 4 à 5 minutes, en retournant les gambas à mi-cuisson.

Servez très chaud avec du riz.

---

## NEMS

**Préparation:** 10 mn

**Cuisson:** 6 mn

**6 personnes:**

6 feuilles de riz

200 g de petites crevettes décortiquées

100 g de vermicelles de soja

Sauce soja

Nuoc-mam

1. Mettre de l'eau à ébullition, placez-y les vermicelles de soja, couvrez et coupez le feu. Laissez 4 min, puis égouttez. Démêlez les vermicelles avec une fourchette.
2. Placez les crevettes dans une poêle et faites-les chauffer en ajoutant du nuoc-mam et de la sauce soja à votre convenance.
3. Ajoutez les vermicelles et mélangez bien.

4. Mouillez un torchon d'eau tiède et placez une feuille de riz dessus.
  5. Humectez-la avec un coton imbibé d'eau pour qu'elle s'assouplisse.
  6. Placez de la garniture sur un bord et rabattez la feuille dessus.
  7. Rabattez ensuite les deux côtés de la feuille, puis roulez pour former le nem.
  8. Vous pouvez ensuite faire frire les nems dans une poêle avec de l'huile ou les mettre sur le gril du four
  9. Servez chaud avec de la sauce soja, de la sauce pour nems.
- 

## NEMS AU SURIMI

**Préparation : 30 min**

**cuisson : 20**

**marinade : 10 min**

**4 personnes:**

- 1 paquet de galettes de riz
- 200 g de chair à saucisse
- 200 g de râpé de surimi
- 60 g de vermicelles chinois
- 60 g de carottes râpées
- 10 g de champignons noirs (séchés)
- 2 jaunes d'œufs
- 1 cuillère à soupe de ciboulette hachée
- 1 cuillère à soupe de nuoc
  - môm
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche

- Du sel
- Du poivre

1. Ébouillantez les champignons. Laissez-les gonfler 15 min, puis émincez-les. Lavez les vermicelles à l'eau froide.
2. Trempez-les 10 min dans de l'eau bouillante. Puis, hachez-les.
3. Mettez dans un saladier la chair à saucisse, le râpé de surimi, les carottes râpées, les jaunes d'œufs, la ciboulette, nuoc-mâm, la crème fraîche, les champignons, vermicelles, sel et poivre.
4. Mélangez bien le tout. Dans une assiette d'eau tiède à peine sucrée, trempez une à une les galettes de riz, pour les ramollir. Sortez la première galette de l'assiette et déposez-la sur la table de travail.
5. Placez dans un coin de la galette de riz 1 cuillère à café de farce, puis roulez la pâte en refermant les extrémités. Répétez l'opération avec les autres galettes travaillées une à une, jusqu'à épuisement de la farce.
6. Laissez les nems reposer 10 min, avant de les faire frire quatre par quatre. Retirez-les une fois dorées. Laissez-les égoutter sur du papier absorbant.
7. Accompagnez de feuilles de laitue nature, ainsi que d'une sauce nuoc-mâm ou de soja.

## **LES CONSEILS DE NINA:**

Les nems peuvent se conserver au congélateur dans une boîte hermétique, sans besoin au préalable de les décongeler, pour les réchauffer.