

metro



Pad thai

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ☆ ☆ 14 Votes



Sans Gluten



Sans Lactose

4 PORTIONS | 0:15 PRÉPARATION | 0:06 CUISSON | 0:31 TEMPS TOTAL

Ingrédients

20 Grosses crevettes d'eau douce à griller (grosseur 16 à 20/ lb), décongelées et éponnées

1 l Eau
(4 tasses)

30 ml Huile d'arachide
(2 c. à soupe)

2 Gousses d'ail, hachées

45 ml Sauce soya
(3 c. à soupe)

30 ml Jus de lime
(2 c. à soupe)

30 ml Sucre
(2 c. à soupe)

Préparation

Décortiquer les crevettes et réserver. Dans une grande casserole, porter l'eau à ébullition. Déposer les nouilles de riz et retirer du feu. Laisser reposer jusqu'à ce que les nouilles soient ramollies, environ 10 minutes.

Pendant ce temps, dans un wok, chauffer l'huile et faire revenir l'ail 1 minute. Ajouter les crevettes et cuire jusqu'à ce qu'elles soient roses, environ 2 minutes. Incorporer la sauce soya, le jus de lime, le sucre, la sauce de poisson, les germes de haricots et les nouilles. Bien mélanger. Faire sauter 2 à 3 minutes. Répartir le mélange dans 4 assiettes et garnir de poivron, d'oignon vert, de coriandre et d'arachides. Décorer avec des morceaux de lime.

Source : Metro

Accords vins et mets



Fruité et léger

Ces vins légers se reconnaissent à leurs arômes simples de fruits, leur sensation de fraîcheur et leur structure peu imposante. Ils doivent être consommés dans leur jeunesse.

© Société des alcools du Québec, 2007

Fruité et vif

soupe)

15 ml Sauce de poisson
(1 c. à soupe)

375 ml Germes de haricots
(1 1/2 tasse)

60 ml Poivron rouge, en fines lanières
(1/4 tasse)

1 Oignon vert, haché

60 ml Arachides non salées, grillées et hachées
(1/4 tasse) grossièrement

60 ml Coriandre fraîche, hachée
(1/4 tasse)

2 Limes, en quartiers



Ces vins ou cidres secs possèdent un nez aux arômes de fruits et de fleurs tout en offrant une certaine richesse en bouche. Leur acidité leur procure une agréable vivacité.

Catégories de produits : vin blanc, champagne et mousseux, cidre.

© Société des alcools du Québec, 2007

Accords bières et mets



Saveur légère et rafraîchissante

Appréciée pour sa faculté à éteindre la soif.

Une bière au corps léger avec une faible amertume dont le goût sucré du malt est peu prononcé et la finale sèche.

Mentions légales

Recettes sans gluten

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculés certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Metro Richelieu inc., ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
