

Fondu Chinoise



Connue comme *Steamboat* dans certains pays du Sud-est Asiatique, cette fondu mélange viandes et poissons sans état d'âme dans un bouillon fort goûteux. Contrairement à nos habitudes Occidentales, celui-ci sera dégusté en fin de repas pour assurer une excellente digestion.

Ingrédients pour 4 à 6 personnes

200 grammes de calamars
250 grammes de crevettes crues
200 grammes de poisson
250 grammes de filet de bœuf
200 grammes de brocoli
100 grammes de pousses de soja
100 grammes de champignons asiatiques
100 grammes de petits oignons blancs (avec tige)
2 morceaux de sucre
2 cuillers à soupe de piment d'Espelette
1 boîte de lait de coco
2 cuillers à soupe de curry en poudre
4 cuillers à soupe de gingembre
3 tiges de citronnelle fraîche
de l'huile
sauce soja

Préparation

1. Porter à ébullition dans une marmite 2 litres d'eau.
2. Ajouter le lait de coco, la citronnelle, le curry, une cuiller à soupe d'huile, le sucre et le piment. Laisser reposer pendant une demi-heure.
3. Décortiquer les crevettes, couper les calamars en dés ainsi que le poisson et le bœuf. Placer dans des assiettes et garder au frais.
4. Couper le brocoli en bouquets et couper les champignons en lamelles.
5. Réchauffer le bouillon, y rajouter tous les légumes et rectifier l'assaisonnement avec de la sauce soja. Placer dans un poêlon.
6. Chaque convive prendra les ingrédients de son choix et les fera bouillir dans le bouillon jusqu'à cuisson.

A la fin du repas, le bouillon sera distribué entre chacun dans des coupelles, accompagné de riz vapeur.

Bon appétit!

Les Saveurs de Jardin Secret