

LES ÉPICES ESSENTIELLES POUR LA CUISINE VIETNAMIENNE QU'ON PEUT STOCKER CHEZ SOI

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Il existe de nombreuses épices et ingrédients différents pour faire la cuisine vietnamienne, mais tous ne se conservent pas longtemps. Cependant, on peut tout de même stocker chez-soi quelques produits phares, indispensables, pour éviter de devoir faire ses courses régulièrement (habitant loin des magasins asiatiques par exemple).

Portail de mariage en cocotier au Vietnam

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Il y a plus de 40 ans, dans la campagne vietnamienne, la cérémonie et les fêtes du mariage se dérouleraient toujours

à la maison. Les gens construisaient la salle de fêtes en bambou, fabriquaient le portail avec des palmiers à bétel, des feuilles et des branches de cocotier.

REPAS QUOTIDIENS – OEUFS FRITS AUX OIGNONS, GOMBOS BOUILLIS, RIZ BLANC, SAUCE DE POISSON AIGRE-DOUCE

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Idées repas quotidiens | R1 – Œufs frits aux oignons, gombo bouilli, sauce de poisson aigre-douce

CONGÉLATION DES NEMS

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Il existe 3 façons de faire congeler les nems vietnamiens. La cuisson ou le réchauffage dépendra de la façon dont ils sont congelés.

SALADE DE CONCOMBRE À L'AIL

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Simple et succulent ! Très frais, savoureux et facile à faire, une salade parfaite pour l'été !

POULET RÔTI AUX CINQ ÉPICES, FAÇON VIETNAMIENNE

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Tendre, juteux et bien parfumé, le poulet aux cinq épices à la vietnamienne donne une nouvelle dimension au poulet rôti.

BOEUF SAUTÉ AUX CIBOULES ET POIVRONS

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Une recette simple et facile à réaliser, un plat adapté pour les repas, ou à siroter entre amis autour d'un verre.

CREVETTES CARAMÉLISÉES

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Appelées « TÔM RAM » en vietnamien, les crevettes caramélisées sont un plat rustique apprécié des familles vietnamiennes. Ce plat est délicieux, facile et rapide à faire. Servi avec du riz blanc, de fines tranches de concombres et de tomates, une fois que vous l'aurez mangé, vous vous en souviendrez pour toujours.

SAUTÉ DE LÉGUMES AUX VERMICELLES DE HARICOT MUNGO

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Plat sans gluten et vegan. Vermicelles de haricot mungo sautés aux légumes variés.

SALADE COMPOSÉE AU CANARD

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Une salade à ne pas ignorer. Une fraîcheur véritable ! Un régal pour les yeux et les papilles !

Bánh bò nướng – Gâteau vietnamien « nids d'abeilles » sans gluten

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Moelleux, parfumé, naturellement sans gluten : le Bánh Bò Nướng allie pandan et lait de coco dans un gâteau au visuel surprenant en nid d'abeille. Un trésor sucré du Vietnam!

NEM VÉGÉTARIEN AU MAÏS ET AUX FRUITS

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



NEM VÉGÉTARIEN AU MAÏS ET AUX FRUITS

BÒ KHO – Ragoût de boeuf Vietnamien

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



Ragoût de boeuf Vietnamien

GAUFRES VIETNAMIENNES

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



CUISINE VEGAN | DESSERT |

Gaufres vietnamiennes – Parfumées aux feuilles de pandanus



Ingrédients:

- 1 œuf
- 300ml de lait de coco (ou crème de coco)
- 1/4 cuillère à café de l'extrait de pandan (pandanus)
- 140gr de farine tout usage
- 90gr-100gr de sucre
- 2 cuillères à soupe de Maïzena
- 50gr de noix de coco râpée
- 1/4 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 2 cuillères à soupe de beurre fondu (pour beurrer le moule à gaufre.)

Préparation:

1. Dans un grand bol, mélanger : farine, sucre, sel, levure chimique. Laissez-le à côté.
2. Dans un autre bol : Battez l'œuf pendant 30 secondes. Ajouter le lait de coco, puis ajouter l'extrait de feuilles de pandan. Mélangez-les.
3. Incorporer les ingrédients secs dans le bol d'œuf. Utilisez une fourchette pour les mélanger. Laisser reposer la pâte 10 minutes.
4. Beurrez le gaufrier pour que la pâte ne colle pas (une seule fois, avant de verser la pâte pour la première gauffre, pas besoin de renouveler le beurrage).
5. Branchez le gaufrier et attendez qu'il soit chaud, y-versez la pâte. Faire cuire environ 3 minutes pour chaque gauffre.
6. Les gaufres sont prêtes à servir.

TIPS : Vous pouvez les manger telles quelles, ou avec un coulis de framboise, de chocolat, du sirop d'érable ou de la crème fouettée.

Bon appétit !

#platvegan

#cuisinevegan

#gateauasiatique

#pandanus

#pandan

#laitdecoco

RECETTE EN VIDÉO:

Bientôt disponible

Évaluer :

★

POÊLÉE DE LÉGUMES

écrit par TuLinh Duong | 27 septembre 2022



POÊLÉE DE LÉGUMES