

# SAUTÉ DE LÉGUMES AUX VERMICELLES DE HARICOT MUNGO

écrit par TuLinh Duong | 25 septembre 2022



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

---

# SALADE COMPOSÉE AU CANARD

écrit par TuLinh Duong | 25 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 | 25 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 | 25 septembre 2022



NEM VÉGÉTARIEN AU MAÏS ET AUX FRUITS

---

# BÒ KHỎ – Ragoût de boeuf Vietnamien

écrit par TuLinh Duong | 25 septembre 2022



Ragoût de boeuf Vietnamien

---

# GAUFRES VIETNAMIENNES

écrit par TuLinh Duong | 25 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 gaufre.
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 | 25 septembre 2022



POÊLÉE DE LÉGUMES