

CRÊPES VIETNAMIENNES (BANH XEO)

Yolande CASALTA le 14/02/24



INGRÉDIENTS POUR 10-12 CRÊPES :

- 1 sachet de pâte « flour for pancake »
- ciboulette hachée ou cébettes coupées finement ou ciboule
- 2 boîtes de conserve lait coco
- poudre de curcuma
- 400 g de germes de soja

Farce à viande et crevettes :

- 1 oignon
- 300 g de gambas
- 400 g d'échine de porc
- 1 CS de nuoc mam (sauce poisson)



Sauce Nuoc mam (environ 25 cl)

- 3 CS de sauce de poisson
- 3 CS de vinaigre blanc
- 2 CS de sucre en poudre
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 piment oiseau finement haché
- 2 CS de jus de citron vert

Préparation

1/ Sauce Nuoc mam

Mettre la sauce de poisson, le vinaigre et le sucre dans une petite casserole avec 12,5 cl. Portez à la limite de l'ébullition à feu moyen, en remuant. Retirez la casserole du feu et laissez refroidir.

Juste avec de servir, incorporez l'ail, le piment et le jus de citron vert.

Vous pouvez conserver la sauce dans un bocal bien fermé au réfrigérateur jusqu'à 5 jours.

2/ Crêpe

Préparer la pâte en mélangeant le sachet de farine pour crêpes vietnamiennes ban xeo avec 800 ml d'eau ou lait coco (ou moitié eau/moitié lait coco) jusqu'à obtenir une pâte bien lisse. Ajouter la poudre de curcuma et la ciboulette hachée.

Chauffer à feu vif une poêle. Ajouter une cuillère à soupe d'huile. Faire revenir un peu d'oignon émincé et les morceaux de viande. Attendre que la viande soit à mi-cuisson et ajouter les gambas coupées en 2 dans le sens de la longueur et enlever le filament noir. Laisser cuire quelques secondes.

Bien mélanger la pâte et en verser une bonne louche en commençant par l'étaler tout autour du bord haut de la poêle. Couvrir et laisser cuire 3 min. Enlever le couvercle et ajouter les morceaux de viande et gambas ainsi que les germes de soja. Couvrir et laisser cuire 3 mn. Pour une pâte bien croustillante.

Plier la crêpe en 2 et la glisser sur un plat. Servir aussitôt dans un plat avec les herbes (menthe, coriandre, basilic vietnamien).

