

Restaurant de Sainte Marie

api

Décembre 2018



Dégustez le **PAD THAÏ**
AU TOFU avec la Chronique
Culinaire de Richard Pierre
API Ile de France.



Découvrez les **châtaignes** de la
Ferme de MOURENES (48)

C'est un fruit très riche en
glucides. Il apporte également
fibres et vitamines B9, importantes
pour le renouvellement cellulaire.

Recette pour 10 :

Mettre **300 g de nouilles de riz** dans un saladier et couvrir d'eau
bouillante, laisser tremper quelques minutes, les égoutter et réserver.
Faire chauffer dans un wok **30 ml d'huile de sésame** et y faire revenir 1
oignon, ajouter **200 g de tofu** et laisser cuire 1 minute.
Ajouter quelques **pousses de soja, ail, piment, 30 ml de sauce soja, jus**
d'1 citron vert, 60 g de cacahuètes pilées et les nouilles. Remuer
constamment pendant 2 min.
Faire un puit au milieu et verser **3 oeufs battus**, mélanger de manière à
obtenir une consistance d'oeufs brouillés. Laisser cuire 1 min et servir
avec la coriandre et des quartiers de citron vert.

Nos producteurs
ont du talent...

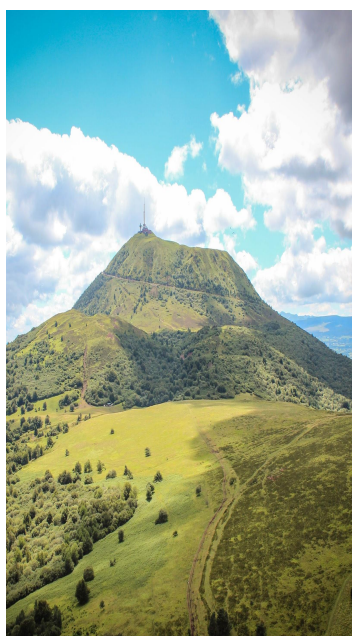
Saveurs
d'Auvergne



R
E
P
A
S

A

T
H
E
M
E



LOZERE VIANDE SALAISON
Marvejols (48)



API Terroir
d'Auvergne