SALADE THAÏ DE BICHE POUR L'APÉRITIF

Ingredients

- 300 g de pave de biche
- 1 carotte
- ½ mangue
- 1 avocat
- 1 oignon nouveau /cebette
- 1 sucrine
- 2 c. a s. de coriandre fraiche ciselee
- 2 c. a s. de menthe fraiche ciselee
- 25 g de cacahuetes
- Huile de pepins de raisin

Pour la vinaigrette thai :

- 1 citron vert
- 1 gousse d'ail
- 3 c. a s. de sauce nuoc-mam
- 1 c. a c. de sauce soja
- 1 c. a s. rase de sucre
- ½ c. a c. de puree de piment
- 2 cm de gingembre frais

10 minutes | 4 pers

Preparation

1. Préparez la vinaigrette thaï en mélangeant dans un bol les zestes et le jus d'un citron vert, la gousse d'ail épluchée, dégermée et râpée, le gingembre épluché et râpé, la sauce nuoc-mâm, la sauce soja, le sucre et la purée de piment. Fouettez jusqu'à dissolution du sucre et réservez au réfrigérateur.

2. Epluchez et râpez la carotte. Coupez la mangue en fines lamelles ainsi que l'avocat. Émincez l'oignon et ciselez les herbes. Mélangez le tout dans un saladier.
3. Lavez les feuilles de sucrine puis séchez-les. Concassez grossièrement les cacahuètes.

4. Dans une poêle chaude avec un filet d'huile de pépins de raisin, saisissez les pavés de biche 4 minutes sur la première face.



4. Retournez-les et poursuivez la cuisson 3 minutes (le temps peut varier selon l'épaisseur des pavés et votre préférence de cuisson). Réservez la viande sur une planche pendant 5 minutes avant de la découper en fines tranches.

5. Arrosez les légumes avec la moitié de la vinaigrette thaï et mélangez bien. Disposez la salade composée sur chaque feuille de sucrine puis ajoutez-y les tranches de pavés de biche et quelques cacahuètes. Assaisonnez du reste de vinaigrette thaï et régalez-vous.