
Crosses de fougère à l'asiatique

Ingrédients

4 portions

- 4 t de crosses de fougère, parées et lavées
- 15 ml (1 c à s) d'huile d'arachide
- 4 ciboules entières (ou 2 échalottes) coupées en tranches
- 2 gousses d'ail hachées
- 30 ml (2 c à s) de gingembre frais, haché
- 5 ml (1 c à t) de sauce au piment Sambal Olek
- 10 ml (2 c à t) de vinaigre de riz
- 15 ml (1 c à s) de Tamari (sauce soya)
- 60 ml de noix d'acajou
- 20 ml (4 c à thé d'huile de sésame rôti)
- Coriandre fraîche pour garnir



Préparation

- Le secret avec les crosses de violon réside dans leur cuisson. Il faut d'abord les débarrasser de leur mince pellicule brune puis, on les fait cuire dans l'eau bouillante salée deux minutes. On jette l'eau et on remet de l'eau et du sel pour les faire bouillir environ 5 minutes (jusqu'à consistance souhaitée). En se débarrassant de l'eau de la première cuisson, on se débarrasse aussi du goût amer.
- Cuire les crosses de fougère (têtes de violon) tel qu'expliqué précédemment. Les plonger dans un bain d'eau glacée pour arrêter la cuisson.
- Sauter les ciboules deux minutes dans l'huile, ajouter les 2 gousses d'ail et le gingembre, les crosses de fougère, la sauce de piment, le vinaigre de riz et le Tamari. Cuire à feu moyen-vif deux ou trois minutes, jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien chauds.
- Ajouter les noix d'acajou et remuer. Servir dans des bols sur des vermicelles de riz, ajouter 5 ml d'huile de sésame dans chaque bol et garnir de coriandre fraîche.