



SALADES / PLATS FROIDS

## Salade de bœuf façon thaïe — Le riz jaune

Une salade fraîche et relevée de steak grillé émincé, échalote, cébette, coriandre et menthe, assaisonnée de citron vert, sauce poisson, piment et riz gluant grillé moulu.

2 personnes

≈ 15 min (estimé)

salade / plat froid / bœuf / inspiration thaïe

# Ingrédients

- 300 g de steak
- 1 c. à soupe de sauce soja
- 1/2 c. à soupe de sucre
- Poivre, quantité non précisée
- 1 petite échalote
- 1 branche de cébette
- 10 branches de coriandre
- Les feuilles de 4 branches de menthe
- Le jus de 1/2 citron vert
- 3 c. à soupe de sauce poisson
- 1 c. à café de sucre
- 1 c. à café de piment en poudre
- 1/2 c. à soupe de riz gluant grillé puis moulu
- Huile pour la poêle, quantité non précisée

## Préparation

1. **Mariner le bœuf.** Mélanger la sauce soja, le sucre et du poivre dans un plat. Enrober le steak de cette marinade et réserver.
2. **Préparer les aromates.** Émincer finement l'échalote et la placer dans un saladier. Ajouter la cébette coupée en rondelles, la coriandre émincée et les feuilles de menthe.
3. **Préparer le riz grillé.** Faire dorer le riz gluant à sec, puis le moudre finement. Prélever 1/2 c. à soupe de cette poudre.
4. **Mélanger la sauce.** Réunir la sauce poisson, le sucre, le jus de citron vert, le piment en poudre et le riz gluant grillé moulu.
5. **Cuire le steak.** Huiler légèrement une poêle ou une poêle-gril bien chaude. Griller la viande selon la cuisson désirée.
6. **Laisser reposer.** Retirer le steak de la poêle et le laisser reposer 5 minutes, puis l'émincer finement.
7. **Assembler.** Ajouter le bœuf au saladier. Incorporer son jus de repos à la sauce, verser celle-ci sur la salade et bien mélanger.
8. **Dresser** et servir sans attendre.

## Notes cuisine

- La légende écrite est retenue comme référence pour les quantités lorsqu'elle diffère légèrement de la transcription automatique.
- La cébette est citée oralement dans la vidéo mais absente de la liste écrite ; la quantité annoncée est 1 branche.
- Le niveau de cuisson du steak et la quantité d'huile ne sont pas imposés par l'auteur.
- Aucune page de recette officielle distincte n'a été trouvée lors de l'import.
- **Illustration** : « Nuea yang nam tok » par Takeaway, Wikimedia Commons, licence CC BY-SA 3.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>), fichier original : [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nuea\\_yang\\_nam\\_tok.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nuea_yang_nam_tok.jpg). Photo indépendante du Reel, choisie car elle montre précisément du bœuf grillé tranché, menthe, échalote, piment et poudre de riz grillé, sans interface vidéo.

## Pourquoi on aime

Une salade fraîche et relevée de steak grillé émincé, échalote, cébette, coriandre et menthe, assaisonnée de citron vert, sauce poisson, piment et riz gluant grillé moulu.

**Protéiné**

**Thaïlandaise**

**Confiance : Moyenne**

Données à compléter : Aucune donnée essentielle manquante. Estimations signalées : temps.