

Salade Vietnamienne au poulet - Gỏi/Nộm gà



Ingédients

- 300 g de poitrine de poulet
- 1/4 de chou blanc râpé
- 5 carottes râpées
- ½ poivron rouge
- 10 feuilles de salade verte
- 1 oignon rouge tranché finement
- Des feuilles de coriandre fraîche et de menthe, des brins de ciboulette
- 3 cuillères à soupe de cacahuètes grillées (facultatif)

Pour la sauce

- 3 cuillères à soupe de nước mắm
- 2 cuillères à soupe de jus de citron
- 2 cuillère à soupe de sucre
- 3 cuillères à soupe d'eau
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 petit morceau de piment rouge haché (facultatif)

Préparation

- 1) Cuire le poulet : Faites revenir rapidement la poitrine de poulet dans une poêle légèrement huilée, puis ajouter de l'eau, une pincée de sel, du poivre et laisser bouillir environ 15 minutes. Laissez refroidir, émiettez le poulet, réservez.
- 2) Faites griller les cacahuètes, laissez refroidir, concasser grossièrement, réserver.
- 3) Laver la salade verte, égoutter, tailler en fines lamelles, réserver.
- 4) Tailler le poivron en fins bâtonnets, faire blanchir 2 minutes, égoutter, réserver.
- 5) Préparer les légumes : Dans un saladier, mélangez le chou râpé, les carottes râpées, le poivron, et l'oignon rouge. Ajoutez le poulet émietté et mélangez bien.
- 6) Versez la sauce sur le mélange de poulet et légumes. Mélangez bien pour vous assurer que tous les ingrédients sont enrobés de sauce.

Présentation

Au moment de servir, disposer sur le plat un lit de feuilles de salades ciselées sur lequel vous disposez le mélange assaisonné poulet/légumes.

Décorez avec des feuilles de coriandre et de menthe fraîches, ciselez la ciboulette.

Terminez avec des cacahuètes grillées sur le dessus. Servez immédiatement et dégustez.