

CRÊPE VIETNAMIENNE À LA BERCE

 CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 7 Crêpes

Ingrédient	Quantité
Steak de boeuf	200 gr
Gousse d'ail	1
sauce soja	8 càs
Farine pour Banh Xeo	200 gr (En magasin asiatique ou à défaut 170 gr de farine de riz et 30 gr de farine de blé)
Lait de coco	400 ml
curcuma en poudre	1,5 à 2 càc
Jeunes oignons	4 càs
Berce	10 Tiges et feuilles tendres)

Préparation

1. Faire mariner le bœuf avec la sauce soja et l'ail haché. Rincer et hacher les jeunes oignons.

2. Dans un saladier, fouetter la farine avec le lait de coco et le curcuma, et ajuster avec éventuellement 40 ml d'eau pour avoir la consistance d'une pâte à crêpe assez épaisse. Saler et laisser reposer un peu la pâte.

3. Nettoyer la berce et tailler les tiges en tronçons de 2 à 3 cm de long et hacher grossièrement les feuilles. Cuire la berce (tiges et feuilles) à l'étouffée (couvert donc) avec un tout petit fond d'eau pendant 20 à 30 min, jusqu'à ce que les tiges soient tendres. Rajouter éventuellement un fond d'eau si nécessaire pour éviter que la berce ne brûle. Saler, poivrer.

4. Dans une poêle, faire chauffer un filet d'huile d'olive, verser une louche de pâte et laisser cuire de chaque côté comme une crêpe (le temps sera un peu plus long que pour une crêpe classique). Placer les crêpes au four à 50 degrés pour les garder au chaud.

5. En même temps, saisir le bœuf dans une poêle de chaque côté (cuisson saignant). Réserver en le plaçant au four à 50 degrés pour le tenir chaud sans qu'il ne continue à cuire.

6. Dressage : couper le bœuf en lamelles. Prendre une crêpe, déposer quelques lamelles de boeuf, de la berce sur une moitié de la crêpe, et la plier en deux ensuite. Parsemer de jeunes oignons et décorer avec une rondelle de piment ou de tomate cerise. Facultatif : Accompagner de sauce soja (pimentée ou non) selon vos goûts. Bon appétit :)
