



SOUPE TONKINOISE VÉGÉTARIENNE (PHO)

Ingrédients - pour 4 grands bols

- 1 kg de légumes et de fruits combiné au goût pour le bouillon
- 1 carotte et 1 morceau de daikon et un chou-rave (tous émincés en forme de fleur)
- Eau, sucre, sel, huile, assaisonnement à saveur de champignon, poivre, 1 morceau de sucre cristallisé
- 1 morceau de gingembre, écorce de mandarine séchée.

Ingrédients pour l'assaisonnement du Pho

- 4 étoiles d'anis, 10 clous de girofle, 1 bâtonnet de cannelle, 1 cuillerée à soupe de grains de coriandre, 1 cuillerée à soupe de fenouil, quelques lamelles de réglisse

Garnitures

- 1 paquet de nouille de riz plate et mince pour Pho
- 1 champignon de neige séché, 10 champignons blancs, 4 champignons King Oyster, 4 cubes de tofu frits, 2 feuilles de Yuba séchées
- Sauce hoisin, sauce piquante Sriracha, germes de haricot, lime, feuilles de basilique, et feuilles de culandro ou coriandre ciselée (ngo gai)

Préparation

Bouillon

- Bien laver le morceau de gingembre et le faire griller après l'avoir coupé en 2 dans le sens de la longueur (meilleur quand c'est légèrement brûlé)
- Faire revenir légèrement les ingrédients d'assaisonnement du Pho pour faire sortir l'arôme
- Bouillir les fruits et légumes dans 2 litres d'eau, ajouter le gingembre grillé, 1 cuillerée à soupe de sel, 2 cuillerées à soupe de sucre et 1 morceau de sucre cristallisé. Quand l'eau commence à bouillir, réduire le feu à température basse et le laisser mijoter pendant 90 mn (pour avoir un bouillon clair)
- Enlever les fruits et légumes et ajouter les ingrédients du pho dans un sachet à thé ainsi que les écorces de mandarine séchées dans le bouillon pour une autre 30 mn. Le bouillon est ainsi prêt après avoir été débarrassé de tous ces ingrédients.
- Assaisonnez suivant votre goût.

Garniture

- Blanchir carotte, daikon et chou-rave taillés en forme de fleur
- Faire revenir les morceaux de tofu frit émincés, ajouter 1 cuillerée à soupe d'assaisonnement de champignon et 1 peu de bouillon, laisser mijoter le tout jusqu'à absorption totale du liquide.
- Faire revenir les champignons blancs et King Oyster émincés de la même manière que pour les tofus frits
- Faire tremper le champignon de neige dans de l'eau tiède, l'émincer (jeter la tige dure du champignon); couper les feuilles de Yuba déjà trempées dans de l'eau tiède en morceaux de 4cm et faire revenir le tout de la même manière que pour les tofus frits
- Nouilles de riz pour Pho: faire cuire selon les instructions du paquet.

Servir

Répartir les nouilles dans un bol, garnir avec les germes de haricot, les tofus et champignons sautés ainsi que les feuilles de Yuba. Verser le bouillon chaud et servir, accompagné de sauce hoisin, sauce piquante Sriracha, poivre, lime, feuilles de basilique et feuilles de culandro ou coriandre ciselée (Ngo Gai) au goût.



Lamelles de réglisse



Anis, cannelle, gingembre,...



Lime, basilique, coriandre ciselée, germes de haricot



Soupe Tonkinoise végétarienne Pho