

**Pad thaï végétarien aux légumes et au tofu (vegan)**

**Pad thaï végétarien aux légumes et au tofu**



***Ingrédients pour 6 personnes :***

*Pour les pâtes :*

- 400 g de tagliatelles de riz
- 3 belles carottes
- 3 belles courgettes

- 1 c. à soupe d'huile de coco (ou, à défaut, d'olive)
- 60 g de noix de cajou nature
- 200 g de tofu ferme classique ou lactofermenté mariné au tamari
- 1 morceau de gingembre de la taille de 2 phalanges
- 1 c. à café de curcuma moulu
- 1 belle pincée de fleur de sel
- 1 pincée de poivre noir
- Une vingtaine de tomates cerise
- 1 citron vert

*Pour la sauce :*

- 200 g de tomates cerise
- 50 g de purée de sésame
- 2 c. à soupe de jus de citron jaune
- 1 c. à soupe de tamari
- 1 c. à soupe d'huile de sésame

***Déroulement de la recette :***

1. Préparez les pâtes : faites tremper les tagliatelles dans de l'eau froide pendant 10 minutes. Égouttez-les puis faites les cuire 5 minutes à l'eau bouillante. Égouttez de nouveau puis passez les nouilles sous l'eau froide. Réservez.
2. Lavez les carottes et les courgettes et détaillez-les en petits bâtonnets. Faites-les revenir 12 minutes dans une sauteuse, à feu moyen et à couvert, dans l'huile de coco.
3. Coupez les noix de cajou en 2, dans la longueur. Découpez le tofu en petits dés. Pelez le gingembre et hachez-le finement. Ajoutez le tout à la préparation, avec le curcuma, le sel et le poivre, et poursuivez la cuisson 4 minutes à découvert.

4. Préparez la sauce : mixez tous les ingrédients au robot.
5. Combinez les tagliatelles, les légumes et la sauce dans un grand saladier. Découpez les tomates cerise (la vingtaine) en 2. Versez tous les ingrédients dans la sauteuse et faites chauffer 2 à 3 minutes, en veillant à remuer régulièrement.
6. Découpez le citron vert en 6. Répartissez le pad thaï dans les assiettes de service et accompagnez d'un morceau de citron vert et de baguettes.



[themoneytizer id=13364-16]