



BY CHEF
 JOÃO PUPO
 LAMEIRAS

RECEITA

SALADA THAI

PARA 4 PESSOAS

Salada thai de vitela com vitela salteada, vinagrete thai, malagueta, amendoim, coentros.

A cozinha tailandesa baseia-se no equilíbrio de três gostos:

Doce, ácido e salgado;

Nas mesas há muitas vezes, sal, açúcar, lima e picantes variados para complementar os nossos pratos;

Os pratos levam comumente açúcar mascavado ou leite de côco ou fruta para o doce;

Levam soja e molho de peixe para o salgado e umami;

Levam quase sempre lima para o ácido.

Ingredientes



200 gr de bife de vitela
 ½ Pimento vermelho
 ½ pepino
 ½ cebola roxa
 ½ lata de lichias de conserva
 1 maracujá fresco
 4 c.s. de molho de soja
 1 c.s. de óleo de sésamo
 2 c.s. molho de peixe,
 ½ malagueta picada
 1 cm de gengibre picado
 1 dente de alho picado
 sumo de 4 limas
 1 c.s. de açúcar mascavado
 6 c.s. de água
 amendoim picado
 coentros

1. Numa frigideira quente com um fio de azeite cozinhar a vitela média passada temperada com sal virando frequentemente.
2. Cortar os legumes em juliana e juntar as lichias partidas aos pedaços e a polpa do maracujá.
3. Para a vinagrete juntar o molho de soja, óleo de sésamo, molho de peixe, malagueta, gengibre, alho, sumo de lima, açúcar mascavado e a água.
4. Colocar a carne cortada fina em pratos. Colocar os legumes e frutas em cima. Colocar os coentros e o amendoim picado no topo e regar com o vinagrette.