

Curry de grenouilles à la citronnelle, nouilles soba



Pour 4 personnes

- 500g de grenouilles surgelées
- 2 csoupe huile végétale neutre (isio 4)
- 3 tiges de citronnelle
- 1 pouce de gingembre frais
- 1/2 à 1 ccafé pâte de curry vert
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 boîte de 400ml de lait de coco
- 1 citron vert
- 1 paquet de nouilles de soba (ou des nouilles japonaises blanches ou des nouilles chinoises aux oeufs)
- 2 à 3 csoupe sauce soja (si possible shoyu, cette délicieuse sauce soja bio)
- 2 csoupe de coriandre fraîche hachée

Dégeler les grenouilles dans une passoire sous un filet d'eau tiède en les remuant tout le temps avec les mains. Peler et hacher l'oignon et l'ail, ôter la feuille extérieure de la citronnelle, couper les tiges en deux et les écraser du plat du couteau. Peler le gingembre et le couper en fines lamelles.

Mettre une grande quantité d'eau non salée à bouillir et y cuire les nouilles de soba selon les indications sur le paquet. Dès qu'elles sont cuites, les égoutter, les refroidir sous un filet d'eau froide et réserver.

Dans une grande sauteuse, chauffer 2 csoupe d'huile végétale neutre à feu vif et y mettre la pâte de curry à griller. Ajouter citronnelle et gingembre, mélanger, toujours sur feu vif. Ajouter oignon et ail, laisser revenir à feu vif sans colorer. Ajouter enfin les grenouilles, bien remuer. Terminer en ajoutant le lait de coco et laisser mijoter quelques minutes. Ajouter petit à petit de la sauce shoyu (ou soja) jusqu'à ce que ce soit salé à votre goût. Ajouter enfin les nouilles de soba, mélanger et rectifier à nouveau l'assaisonnement. Laisser chauffer juste le temps que tout soit à température.

Au dernier moment, presser le citron vert, mélanger, ciseler un peu de coriandre (persil pour moi) en en réservant pour la déco des assiettes.