

La Recette du Riz Frit Thaïlandais, le Khao Pat (ข้าวผัด)

Je me suis inspirée de ToutelaThailande

Le riz frit ou khao pat (prononcer krao patte), est un plat tout simple et délicieux, c'est certainement le plat le plus commun dans les restaurants en Thaïlande.

Dans cette recette de riz frit thaïlandais, je mets des ingrédients de base, mais le riz frit est une recette fourre-tout, vous pouvez y mettre les légumes et l'accompagnement que vous voulez, c'est souvent une recette pour utiliser le reste de riz déjà cuit et finir les légumes.

Ingrédient pour préparer un Riz Frit thaïlandais (pour 2 assiettes)

- 2 c. à soupe huile végétale et un peu de ghee (ou huile de canola ou d'arachide)
- 2 Caïeux ail hachés finement
- 1 oignon finement émincé (blanc ou jaune)
- 100 g tofu fumé et quelques crevettes (ou équivalent en crabe, poitrine de poulet émincée..)
- du Bok choy émincé (2 ou 3 feuilles)
- 2 œufs légèrement battus
- 2 bols de riz au choix, cuit et froid (de préférence réfrigéré jusqu'au lendemain).

Options de sauce : n'utilisez qu'une seule de celles-ci :

Sauce n°1

- 1/2 c. à soupe sauce soja
- 1/2 c. à soupe sauce aux huîtres

Sauce n°2

- 2 c. à soupe sauce de poisson
- 1 et 1/2 c. à soupe sauce aux huîtres
- 1 c. à café sucre

Sauce n°3

- 1 et 1/2 c. à soupe sauce soya légère
- 1 et 1/2 assaisonnement thaïlandais Gold Mountain

Instructions

- Chauffer l'huile dans un grand wok ou une grande poêle à feu moyen-vif. (Ajoutez 1 cuillère à soupe d'huile supplémentaire si vous utilisez une poêle)
- Ajouter l'ail et faire sauter pendant 20 secondes. (feu moyen)
- Ajouter l'oignon, le bok choy et faire sauter pendant 2 minutes.(feu moyen)
- Ajouter les crevettes, le tofu et faire sauter pendant 2 minute.(feu fort)
- Poussez la préparation sur le côté et versez l'œuf. (feu fort)
- Brouillez-le rapidement – environ 30 secondes. Mélangez.
Ajouter le riz et la sauce.
- Sauté pendant 2 minutes environ pour chauffer le riz et enrober tout le riz avec la sauce.(feu fort)
- Servir immédiatement tel quel 'ou garni de coriandre fraîche, de morceaux de tomates et de concombres sur le côté).