

Soupe au saumon, lait de coco et bok choi

Recette de Martha Stewart

Ingrédients

- 2 c. à table d'huile végétale ou d'olive
- 1 petit oignon émincé
- 2 gousses d'ail émincées
- 2 c. à table de pâte Thai de curry verte *Voir note au bas de la page
- 1 morceau de gingembre frais haché finement ou bien passé sur la microplane *Voir note au bas de la page.
- 1 boîte de lait de coco non-sucré
- 1 poivron de couleur tranché en lanières
- 2 petits bok choi tranchés en deux ou bien un plus gros bok choi tranché en lanières. (Des feuilles d'épinards feraient très bien l'affaire aussi.)
- 2 morceaux de saumon surgelé ou tout autre beau morceau de poisson ferme
- Sel et poivre

Préparation

1. Faire décongeler les morceaux de saumon en les plaçant, dans leur emballage, dans un contenant d'eau froide. S'assurer que l'emballage est hermétique !
2. Faire chauffer l'huile dans un chaudron et y ajouter l'oignon, l'ail et le gingembre. Faites revenir jusqu'à ce que l'oignon soit translucide, environ 6 minutes et salez au goût.
3. Ajoutez la pâte de curry verte et cuire 1 minute.
4. Ajoutez le lait de coco et 1 ½ tasse d'eau. Amenez à ébullition.
5. Ajoutez le poivron en lanières et cuire à couvert environ 10 minutes.
6. Ajoutez le bok choi et cuire jusqu'à ce qu'il soit tendre.
7. Ajoutez les morceaux de saumon dégelés et laissez cuire environ 3 minutes jusqu'à ce que le poisson soit complètement cuit.
8. Servir sur des nouilles de riz ou bien du riz.

Note : Pour ne pas gaspiller mes racines de gingembre, je les congèle entières. J'en achète de belles grosses racines à l'épicerie et je place le tout dans un Ziploc en prenant soin d'enlever l'air. Quand j'en ai de besoin, je râpe directement un morceau congelé sur la microplane et replace le tout au congélateur pour le prochain usage. Impossible de gaspiller

Note : Pour la pâte Thai de curry verte, le goût fait vraiment une différence. J'en ai acheté à l'épicerie Métro à Asbestos. Elle se vend en petite bouteille et se conserve plusieurs mois au frigo une fois ouverte.