

Tailandesa

Platos Fuertes

Pad Thai Tradicional con Camarones y Tofu

⌚ Prep: 20m

🔥 Cocción: 10m

Σ Total: 30m

🍽️ 2 porciones



Ref. visual: Kwan Homsai

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [12]

- ☐ 200 g (7 oz) Fideos de arroz planos (Rice Sticks) remojados (A Taste of Thai / Dynasty)
- ☐ 10 piezas Camarones crudos pelados
- ☐ 100 g Tofu extra firme cortado en dados
- ☐ 3 cucharadas Pasta de tamarindo concentrada (Swad / Asian Taste)
- ☐ 2.5 cucharadas Salsa de pescado tailandesa (Nam Pla) (Three Crabs / Squid Brand)
- ☐ 2.5 cucharadas Azúcar de palma o azúcar morena
- ☐ 1 taza Brotes de soja frescos (Dientes de dragón)
- ☐ 3 cucharadas Cacahuets tostados picados
- ☐ 2 unidades Huevos batidos
- ☐ 3 cucharadas Aceite vegetal neutro, dividido
- ☐ 1 taza Cebollino chino o cebolleta, cortado en bastones de 5 cm (2 pulgadas)
- ☐ 1 unidad Lima fresca, cortada en gajos

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Pasta de Tamarindo: Swad Tamarind Concentrate
Acidez afrutada genuina sin químicos agregados. • 📍 Pasillo internacional o asiático.

Salsa de Pescado: Three Crabs Fish Sauce
Fermentación suave sin exceso de salinidad. • 📍 Pasillo asiático.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Salsa de Tamarindo

⌚ 5 min

Disuelve la pasta de tamarindo, salsa de pescado y azúcar de palma a fuego suave hasta obtener un jarabe agri dulce.
✓ Control: Salsa ámbar con equilibrio ácido, salado y dulce.
- 2

Dorar Tofu y Camarones

⌚ 3 min

En el wok muy caliente con 1.5 cucharadas de aceite vegetal, dora el tofu y los camarones durante 2 minutos hasta que los camarones estén rosados y opacos (145°F / 63°C). Retira a un plato y reserva.
✓ Control: Tofu dorado crujiente y camarones rosados.
- 3

Saltear Fideos y Huevo

⌚ 4 min

Añade las 1.5 cucharadas de aceite restantes y echa los fideos escurridos junto con toda la salsa de tamarindo en el wok moviendo rápido durante 2 minutos. Haz un hueco a un lado, cuaja los huevos batidos e integra.
✓ Control: Fideos tiernos y elásticos cubiertos de salsa.
- 4

Reincorporar Camarones y Tofu con Brotes y Cacahuets

⌚ 2 min

Reincorpora al wok los camarones sellados y el tofu crujiente reservados del Paso 2 junto con los brotes de soja, el cebollino chino y los cacahuets picados. Saltea 1 minuto a fuego máximo para integrar todo y sirve con gajos de lima fresca.
✓ Control: Pad Thai humeante con camarones, tofu y crujiente fresco.

🛡️ SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 145°F (63°C) MÍNIMO OFICIAL FDA/USDA PARA PESCADOS Y MARISCOS

Seguridad Alimentaria FDA/USDA (≥145°F / 63°C): Los camarones, calamares y mariscos deben cocinarse hasta alcanzar al menos 145°F (63°C) y lucir opacos y firmes.

👁️ SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:

Fideos translúcidos y elásticos bien impregnados de salsa ámbar con aroma ahumado de wok hei, sin quedar apelmazados.

🧊 POR QUÉ FUNCIONA:

Remojo en Agua Fría de los Fideos:
Hidratar los fideos de arroz en agua tibia durante 20 minutos durante la preparación ablanda el almidón sin sobrecocerlo, permitiendo que absorban la salsa en el wok sin apelmazarse.

⚠️ EVITA ESTE ERROR:

Los fideos se pegan y apelmazan en el wok: Calienta el wok hasta que humee antes de añadir aceite e incorpora agua o salsa por cucharadas para lubricar.

Modo cocina interactivo, temporizadores y video paso a paso en:
<https://cocinanding.com/es/recipes/pad-thai-autentico>

© Cocinanding Independent Kitchen Guide
Validado editorialmente • 100% Gratuito