

# Bok choy braisé, bouillon légumes |

**Recette pour 4 personnes**

## **Description**

Technique de cuisson très accessible et rapide pour les légumes.

## **L'astuce du chef**

Cette technique de cuisson peut s'adapter à beaucoup de légumes, la seule différence sera le temps de cuisson.

Accompagnez ces légumes d'une sauce de votre choix.

## **Ingrédients**

### Bok choy braisé

- 4 Unité(s) Bok choy
- 125 Ml Bouillon de légumes
- 1 Unité(s) Oignon vert
  
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

## **Préparation**

- Temps de préparation **30 mins**

### Mise en place

Coupez les Bok choy en deux sur la longueur (ou en gros quartiers).

Émincez finement les oignons verts.

Préparez votre bouillon de légume.

### Bok choy braisé

Chauffer le beurre (ou huile pour végétal) dans une poêle assez grande à feu moyen-élevé. Y ajouter les Bok choy et les oignons verts.

Sautez 2-3 min jusqu'à ce que les Bok choy prennent de la couleur, puis ajoutez le bouillon et cuire à découvert environ 3 min jusqu'à ce que le liquide soit réduit et les Bok choy tendres, mais encore al dente.

**Bon appétit!**