

Wok de légumes et poulet, nouilles pimentées et sucrées

Recette pour 4 personnes



Description

Un sauté de lanières de poitrine de poulet aux légumes croquants, relevé avec une sauce sucrée et épicée.

L'astuce du chef

Cette recette serait tout aussi bonne avec du boeuf ou bien du tofu à la place du poulet.

Ingrédients

Pour le wok

- 500 Gr Poitrine de poulet
- 1 Unité(s) Oignon
- 1 Unité(s) Poivron rouge
- 1 Unité(s) Courgette
- 1 Unité(s) Carotte
- 2 Gousse(s) Ail
- 15 Gr Gingembre frais
- 30 Ml Sauce soya
- 60 Ml Sauce sweet chili
- 2 Unité(s) Oignon vert
- 10 Branche(s) Coriandre fraîche
- 4 Poignée(s) Vermicelles de riz plat

- Huile végétale
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Émincez le poulet en lanières. Taillez finement carotte, oignon, courgette et poivron. Hachez le

gingembre ainsi que l'ail. Ciselez l'oignon vert et la coriandre. Mettez à tremper les nouilles dans de l'eau tiède.

Wok

Préchauffez le wok avec un peu d'huile. Une fois le wok fumant, faites revenir le poulet 2 minutes et ajoutez-y l'ail et le gingembre. Cuire les légumes 2 minutes supplémentaires et terminez avec les nouilles et les sauces. Servez garni avec l'oignon vert et la coriandre.

Bon appétit!