

# Paprikas

*Cuisine d'ici et d'ailleurs*

## SOUPE AUX POIREAUX ET AUX POIS CHICHES



**Pour 4 personnes**

**Préparation : 30 min**

**Cuisson : 20 min**

### **Ingrédients :**

- 500 g d'émincé de bœuf
- 4 gros oignons
- 6 cuillères à soupe de bouillon de poulet
- 1 cuillère à soupe de maïzena
- 1 cuillère à soupe de vin de riz (ou de xérès sec)
- 4 cuillères à soupe de sauce de soja
- 1 cuillère à café de sucre roux
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 4 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- 2 pincées de sel (facultatif car le bouillon et le soja sont déjà salés)

### **Préparation :**

Découper les oignons en lamelles.

Découper l'émincé de bœuf en allumettes.

Délayer la maïzena dans le bouillon de poulet.

Mélanger dans un bol le bœuf, sucre, sauce de soja et le vin. Laisser reposer 10 min.

Chauffer un wok ou une poêle à feu vif pendant 30 secondes. Y verser 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide. Attendre 30 secondes, puis ajouter le bœuf avec sa marinade. Maintenir le feu vif, remuer continuellement pendant 5 minutes.

Retirer le bœuf et le laisser en attente dans une assiette.

Ajouter 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide dans le wok ou la poêle et laisser chauffer 30 secondes sur feu vif. Ajouter les oignons. Sans baisser le feu, remuer continuellement pendant 10 à 15 minutes.

Incorporer le bœuf, puis la maïzena délayée dans le bouillon. Laissez cuire encore 3 à 5 minutes en remuant doucement et sans arrêt.

Ajouter l'huile de sésame, tourner, puis retirer immédiatement du feu. Servir chaud avec du riz ou des nouilles.

*Conseils : Pour varier, vous pouvez ajouter aux oignons quelques lamelles de poivrons verts ou rouges afin de mettre un peu de couleur.*