

Nouilles chinoises des lendemains de fêtes

Préparation et cuisson : 20 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 morceau de gingembre de 2 cm
1 gousse d'ail
2 c à s de sauce soja allégée en sel
3 c à s de vinaigre de riz
3 c à s d'huile de sésame
1 chou chinois
500 g de brocolis
250 g de nouilles moyennes aux œufs
200 g de pois gourmands (surgelés si hors saison)
4 gros œufs
Huile d'olive
Poivre du moulin
Sauce pimentée forte pour accompagner

Peler gingembre et ail et les hacher. Les mettre dans un grand saladier. Ajouter la sauce soja, le vinaigre de riz, l'huile de sésame et 1 pincée de poivre et mélanger.
Nettoyer le chou et l'émincer puis le plonger dans une grande casserole d'eau bouillante salée avec le brocoli découpé en fleurettes, ainsi que les nouilles. Cuire 3 mn environ puis ajouter les pois gourmands et cuire encore 1 mn environ. Égoutter le tout et mettre dans le saladier avec la sauce. Mélanger.
Cuire les œufs au plat dans une poêle antiadhésive huilée.
Garnir les assiettes avec les nouilles aux légumes et poser un œuf au plat sur le dessus, arroser de sauce pimentée.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>