



Choux Shanghai à l'ail et à la sauce d'huître



Temps de préparation: 10mn

Temps de cuisson: 15mn

Ingrédients:

- 1 paquet de choux shanghai
- 2 CS de sauce d'huître
- 2-3 gousses d'ail
- huile de sésame
- huile végétale
- poivre

Préparation:

1. Laver les légumes et les couper en 2.
2. Faire bouillir de l'eau dans un wok. Y verser les légumes et les laisser cuire quelques minutes. Les légumes doivent être un peu croquants à la fin de la cuisson.
3. Égoutter les choux et les transvaser dans un grand bol.
4. Remettre le wok essuyé sur le feu avec un peu d'huile. Ajouter l'ail pressé. Il doit dorer mais surtout pas brunir.
5. Pendant ce temps ajouter la sauce d'huître sur les légumes égouttés, quelques gouttes d'huile de sésame et du poivre.
6. Lorsque l'ail a doré et parfume toute la cuisine, le verser sur la sauce d'huître des légumes. Remuer avec les baguettes et servir dans un plat de service.