



2 personnes



15 min



15 min

200 g de nouilles aux oeufs ou nouilles de riz
100 g de champignons shiitaké
1 carotte
100 g de chou blanc
Huile de sésame
100 g de pousses de soja
2 oignons nouveaux
4 gousses d'ail
1 c.s d'huile de tournesol
graines de sésame
sauce soja
vinaigre de riz

Chow Mein

Faites cuire les nouilles en suivant les indications sur le paquet.

Préparez les légumes: Nettoyez puis émincez les champignons en fines lamelles. Epluchez puis coupez la carotte et le chou blanc tout les deux en julienne. Emincez les oignons nouveaux, tiges incluses.

Pour la sauce, mélangez 4 cuillères à soupe de sauce soja, 2 cuillères à soupe de sésame, 1 cuillère à soupe de sucre et 4 cuillères à soupe de vinaigre de riz dans un bol.

Faites chauffer un wok à feu moyen-fort et versez-y l'huile. Faites revenir l'ail pressée pendant 1 à 2 minutes et ajoutez les champignons.

Ajoutez la carotte et le chou blanc et faites-les sauter encore 2 minutes.

Ajoutez les nouilles et la sauce en même temps puis faites sauter le wok encore 4-5 minutes.

Eteignez le feu et ajoutez les oignons et le sésame.