



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Nouilles sautées aux légumes .



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 c.à.s d'huile d'olives
- 1/2 carotte
- 1/2 courgette
- 1/2 poivron jaune
- 1/2 poivron vert
- 2 c.à.c de gingembre
- 2 c.à.s de miel liquide
- 2 c.à.s de sauce soja
- 2 petites gousses d'ail
- 85 g de nouilles aux oeufs Suzi Wan

- Cuire les nouilles dans l'eau bouillante salée selon les indications
- Retirer du feu, couvrir. Laisser égoutter dans une passoire pendant 10 minutes
- Laver, sécher, peler et couper les légumes. Faire chauffer l'huile dans un wok à feu moyen
- Faire revenir l'ail émincé et le gingembre. A feu maximum ajouter les légumes
- Remuer jusqu'à ce que les légumes s'attendrissent
- Ajouter les nouilles mélanger pendant 10 minutes
- Assaisonner de sauce soja puis servir

Astuce : Pour des saveurs supplémentaires ajouter un cube de bouillon de légumes

