

Nouilles Chinoises Sautées au Poulet

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- FILET(S) DE POULET	800 g
- POIVRON(S) VERT(S)	1
- OIGNON(S)	1 gros
- POIREAUX ENTIER(S)	2
- CAROTTE(S)	qq.
- GERMES DE SOJA	200 g
- PÂTES CHINOISES	500 g (très fines)
- HUILE D'OLIVE	3 c à soupe
- BEURRE	20 g
- SEL	
- POIVRE	
- OEUF(S)	2
- SAUCE AU SOJA	
- BASILIC	



Recette:

- Faites chauffer de l'eau salée. Plongez-y les nouilles pendant 4 min puis égouttez.
- Dans une sauteuse, faites chauffer le beurre et l'huile d'olive.
- Plongez-y les oignons, les poireaux et le poivron émincés ainsi que les lamelles de poulet, laissez cuire 5 minutes.
- Faites blanchir les carottes quelques minutes dans un fond d'eau bouillante.
- Egouttez puis ajoutez-les ainsi que le soja. Laissez réduire 2 minutes.
- Diminuez le feu et ajoutez les pâtes égouttées tout en remuant continuellement.
- Dans une poêle, faites cuire les 2 œufs en omelette concassée.
- Ajoutez-les à la préparation et mélangez bien.
- Salez et poivrez et ajoutez éventuellement d'autres épices au choix.
- Servez dans un bol avec des baguettes chinoises.

Variante:

Le poulet peut être substitué par du porc ou du boeuf ainsi que par des gambas.

Boisson:

Un rosé d'Anjou bien frais est très apprécié avec ce plat.