

Boeuf Sauté au Gingembre, Courgettes, Basilic et Sauce Chili

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- PATES CHINOISES	340g (précuites)
- BOEUF (PIECE DE)	300g (entrecôte)
- COURGETTE(S)	2 petites
- GOUSSE(S) D'AIL	1
- OIGNON(S)	1
- GINGEMBRE	2 cm
- SAUCE CHILI	4 c à soupe
- SAUCE AU SOJA	6 c à soupe
- EAU	150 ml
- BASILIC	2 c à café
- SUCRE IMPALPABLE	1 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Coupez l'entrecôte en lanières. Ajoutez un peu d'huile et laissez mariner quelques instants.
- Emincez l'oignon en fines rondelles.
- Pelez et émincez finement le gingembre.
- Ecrasez et émincez finement la gousse d'ail.
- Coupez les courgettes en petites frites au coupe-légumes.
- Dans un wok (ou fait-tout), faites revenir les oignons avec les courgettes dans un peu d'huile chaude. Salez et poivrez puis ajoutez l'ail émincé. Réservez sur une assiette.
- Faites ensuite revenir les lanières de bœuf dans le wok. Salez et poivrez puis ajoutez le gingembre.
- Replacez les légumes cuits sur la viande. Ajoutez la sauce soja et la sauce chili. Baissez le feu, couvrez et laissez mijoter pendant 15 minutes.
- Après ce temps, ajoutez le basilic, le sucre, l'eau et les pâtes chinoises. Poursuivez la cuisson à couvert encore 5-7 minutes afin que les pâtes se délient. Remuez de temps en temps.
- Servez sans attendre dans des assiettes creuses.