Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : facile **Temps de préparation : 10 min** **Temps de cuisson : 30min**

NOUILLES SAUTÉES AUX CREVETTES

Un mariage de crevettes fondantes et de nouilles sautées, enrobées d'arômes d'Asie et de notes légèrement sucrées-salées.

LES INGRÉDIENTS

Nouilles de blé
100grs

Crevettes décortiquées
100grs

Poireau
1

Gousse d'ail
1

Gingembre frais
1

Oignon
1

Coriandre
1

Sauce asiatique sucrée et sauce soja
1 cuillère à soupe de chaque

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

Huile de tournesol

sel et poivre

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Cuire les pâtes : Faites chauffer une grande casserole d'eau salée. Quand l'eau bout, ajoutez les pâtes et faites- les cuire al dente (voir instruction sur la paquet) Egouttez les en les passant sous l'eau froide et égouttez de nouveau.

ÉTAPE 2

Epluchez et hachez finement l'ail et l'oignon et le gingembre Coupez le poireau en deux, lavez le, puis coupez le en demi lunes Tamponnez les crevettes avec de l'essuie tout

ÉTAPE 3

Faites chauffer un filet d huile de tournesol dans une sauteuse à feu vif Faites y cuire les crevettes 2/3 mn de chaque côté et réservez.

ÉTAPE 4

Dans la même sauteuse faites chauffer de l'huile, faites y revenir le poireau et l'oignon à couvert 5/7mn avec 75ml d'eau par personne. Remuez régulièrement

ÉTAPE 5

Ajoutez l'ail et le gingembre à la sauteuse. Baiisez le feu de la sauteuse, ajoutez les crevettes, la coriandre ciselée et les sauces. Remuez quelques secondes

ÉTAPE 6

Incorporez les nouilles à la sauteuse et mélangez bien 2mn. Servez les dans des assiettes creuses

CONSEILS ET ASTUCES

Pour un gout plus relevé vous pouvez ajouter un peu de piment