

🔪 Difficulté : moyen 🕒 Temps de préparation : 30 min 🍳 Temps de cuisson : 35 min



## NOUILLES SAUTÉES AUX CHAMPIGNONS ET CACAHUÈTES

Des nouilles sautées savoureuses associées à des champignons fondants et des éclats de cacahuètes croquants.

- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

### LES INGRÉDIENTS



**Nouilles chinoises**  
100g



**Oignon nouveau**  
1



**Champignon**  
100g



**Cacahuètes non salées**  
10g



**Gousse d'ail**  
1



**Chou chinois**  
1



**Sauce soja**  
2 cuillères à soupe

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



**sel, poivre**  
à votre convenance



**Huile de sésame ou Huile végétale (colza, tournesol)**



**Bouillon de légumes**

### L'ÉQUIPEMENT

wok, casserole,

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Lavez le chou chinois, retirez sa base dure puis coupez le grossièrement en lamelles. Ciselez le blanc et le vert de l'oignon séparément. Hachez l'ail et les cacahuètes. Nettoyez les champignons avec un essuie-tout et coupez les en fines tranches.

#### ÉTAPE 2

Faites cuire les nouilles dans une grande casserole d'eau portée à ébullition. Cuire 2/5mn selon l'épaisseur jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Egouttez et rincez à l'eau froide. Réservez environ 50ml d'eau de cuisson par personne. Mélangez les nouilles avec un filet d'huile pour éviter qu'elles ne collent

#### ÉTAPE 3

Dans le bol avec l'eau de cuisson, ajoutez le cube de bouillon de légumes, la sauce soja et l'huile de sésame. Mélangez jusqu'à obtenir une sauce homogène.

#### ÉTAPE 4

Dans un wok, faites chauffer un filet d'huile de tournesol à feu vif. Faites y revenir le chou et les champignons 4/6mn en remuant activement. Ajoutez l'ail, et l'oignon nouveau. Faites revenir 2mn supplémentaires.

#### ÉTAPE 5

Ajoutez les nouilles au wok, déglacez avec la sauce et mélangez 1/2 mn pour lier le tout.

#### ÉTAPE 6

Servez les nouilles et leur sauce dans des assiettes creuses. Parsemez de cacahuètes et du vert de l'oignon nouveau. Dégustez immédiatement pour que les nouilles n'absorbent pas toute la sauce.



## CONSEILS ET ASTUCES

Si vous aimez le chou chinois plus fondant prolongez la cuisson de 1/2 mn.