



## WOK POULET COCO ÉPICÉ NOUILLES

Un délicieux mélange de saveurs asiatiques pour voyage gourmand et épicé.

- **Le Poulet** est sélectionné par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.
- **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



**Blanc de Poulet**  
150g



**Concombre**  
1



**Oignon**  
1



**Gousse d'ail**  
1



**Gingembre frais**  
1cm



**Coriandre**  
1



**Lait de coco**  
1



**Epice piment et  
curry**  
1

### LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



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



**Sel & Poivre**  
à votre convenance



**cassonade**



**vinaigre blanc ou de  
riz**

### LES ÉTAPES

#### ÉTAPE 1

Rapez finement l'ail, le gingembre, ciselez l'oignon. Coupez le poulet en lamelles. Faites chauffer un filet d'huile dans un wok à feu moyen et faites y revenir l'ail, l'oignon et le gingembre 1/2mn.

#### ÉTAPE 2

Portez une casserole d'eau salée à ébullition.

#### ÉTAPE 3

Ajoutez le poulet au wok et faites le revenir 2/3mn. Saupoudrez de curry et piment et poursuivez la cuisson 1mn. Ajoutez le lait de coco, faites mijoter 5/8mn.

#### ÉTAPE 4

Coupez le concombre en deux, épépinez le et coupez le en demi lunes. Placez le dans un bol avec un peu de cassonade, vinaigre blanc ou de riz, sel et poivre, remuez et laissez mariner.

#### ÉTAPE 5

Faites cuire les nouilles 2/4mn. Egouttez les puis rincez les à l'eau froide, salez et poivrez.

#### ÉTAPE 6

Placez le poulet sur les nouilles, et versez la sauce dessus. Mélangez bien, servez avec quelques brins de coriandre et servez le concombre dans un petit bol à côté.