

CHOW MEIN

Ingrédients

1 paquet de nouilles chinoises aux œufs (500g)
2 carottes
1 brocoli
1 barquette de haricots mange-tout
1 oignon
4 champignons noirs ou 1 poignée de champignons noirs émincés
2 branches de céleri
1 chou chinois
Tofu fumé
2 CS Sauce soja
2 CS Sauce huître
2 CS Nuoc mam
Huile de sésame



Préparation

1 – faire tremper les nouilles 5 minutes dans l'eau chaude et les champignons 10 minutes. Les égoutter.
2- éplucher les carottes, les couper en 3, les détailler en julienne.
3 – Découper le brocoli en petits bouts.
4 – Emincer l'oignon, le chou, le céleri et les champignons.
5- Emincer le tofu.
6 – Dans un wok, faire chauffer l'huile de sésame. Quand elle est chaude, faire fondre l'oignon. Une fois fondu, le réserver dans un plat.
7 – Répéter l'opération pour chaque légume. Et les mettre dans le plat.
8 – Une fois tous les légumes sautés, les mettre ensemble dans le wok avec le tofu, assaisonner avec la sauce de soja, le nuoc mam, et la sauce huître.
9 - *Ajouter les nouilles. Mélanger le tout. Servir chaud.*