

Nouilles chinoises (BAKMI GORENG)

Pour 6 personnes:

1 paquet de nouilles chinoises - 1 œuf - 6 escalopes de poulet, de dinde ou de crevettes - 3 carottes - 3 poireaux - 1 boîte de pousses de soja - sel et poivre - huile d'arachide (2 c à s) - sauce soja et sauce à l'ail - 2 gousses d'ail. Quelques brins de persil.

Coupez la viande en lamelles et la faire revenir dans l'huile jusqu'à ce qu'elle soit cuite.

Pendant ce temps, préparez les légumes : poireaux en rondelles et carottes en bâton.

Ajoutez à la viande l'ail écrasé et ensuite les légumes en commençant par les carottes et ensuite les poireaux. Ajoutez en dernier les pousses de soja. Faire cuire les nouilles dans de l'eau bouillante salée, éteindre le feu et les laissez 4 min environ. Les égouttez et les rincez à l'eau froide pour éviter qu'elles ne collent. Mettre un peu d'huile, de sauce soja et mélanger bien. Ajoutez les nouilles à la préparation précédente et mélanger.

Ajoutez ensuite la sauce à l'ail, la sauce soja et assaisonner si besoin. Faire les cuire les œufs en omelette.

Quand les nouilles commencent à fumer, c'est prêt... Ajoutez l'omelette et un peu de persil

