

Wok de pâtes japonaises au boeuf courgettes et carottes



15 min

Difficulté:



Ingrédients (2 personnes):

1 carotte et 1 courgette coupées en lamelles avec un économiseur (comme des tagliatelles)
du bœuf coupé en lanières
des pâtes japonaises au sarrasin
de la sauce soja salée
de la sauce soja sucrée
1 gousse d'ail hachée

Préparation:

Faire revenir l'ail dans une cuillère à soupe d'huile dans le wok. Ajouter les légumes, puis quelques instants plus tard le bœuf. Une fois que la viande est un peu saisie sur toutes ses faces, ajouter de la sauce soja salée puis sucrée dans les proportions que vous voulez. Laisser revenir un peu pour finir de cuire la viande. Enfin, ajouter les pâtes cuites dans le même temps et égouttées. Mélanger, c'est prêt ! (la photo est dans le wok)