

NOUILLES SOBA SAUTÉES AUX LÉGUMES

RECETTE DE MOIS |
SEPTEMBRE 26



2 Personnes

●●○ Difficulté

€€€ Budget

25 min Temps

LES INGRÉDIENTS

- ▶ 200 g de nouilles soba
- ▶ 2 carottes
- ▶ 1 courgette
- ▶ 1 gousse d'ail
- ▶ 2 cuillères à soupe de sauce soja
- ▶ 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- ▶ 1 cuillère à soupe de graines de sésame
- ▶ 1 oignon nouveau (optionnel)

LA RECETTE

1. Cuire les nouilles selon le paquet, puis les rincer à l'eau froide.
2. Couper les carottes et la courgette en fins bâtonnets.
3. Hacher l'ail et le faire revenir dans l'huile de sésame.
4. Ajouter les légumes et sauter 5 min à feu vif.
5. Ajouter les nouilles et la sauce soja, mélanger 2 min.
6. Parsemer de graines de sésame et d'oignon nouveau.

