



Soupe orientale au poulet et aux nouilles de sarrasin



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 poulet fermier
sel
200 grammes de nouilles (de sarrasin soba)
2 carottes
1 tige de poireau
1 courgette
1 concombre
poivre noir
sauce soja
sauce chili
2 oignons de printemps

Méthode de préparation

- 1.** Placez le poulet fermier dans une casserole profonde et recouvrez-le d'eau. Ajoutez 1 cuillère à soupe de sel. Portez à ébullition et laissez mijoter doucement pendant 1 h 30. Sortez le poulet du bouillon et laissez refroidir un peu.
- 2.** Pendant ce temps, épluchez les carottes et coupez-les en bâtonnets (un rien plus épais que des allumettes). Coupez le poireau en demi-rondelles.
- 3.** Coupez également la courgette et le concombre en bâtonnets.
- 4.** Détachez la viande du poulet et replongez la carcasse dans le bouillon avec les carottes, le poireau et la courgette. Laissez cuire 5 minutes et ajoutez les nouilles. Laissez encore cuire 4 minutes et ajoutez le concombre. Retirez directement du feu. Assaisonnez avec le poivre noir, la sauce de soja et un peu de sauce chili (goûtez !).
- 5.** Servez dans les assiettes et décorez avec les oignons de printemps hachés finement.