



Wok de bœuf mariné, accompagné de légumes thaïs et de nouilles



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

500 grammes d'escalopes de bœuf (teriyaki)
250 grammes de nouilles aux œufs (GoTan)
2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
1 échalot (finement émincée)
400 grammes de mélange pour wok (légumes thaïs)
1 cuillère à soupe d'huile de sésame
3 cuillères à soupe de sauce barbecue (teriyaki au miel kikkoman)
coriandre

Méthode de préparation

- 1.** Coupez la viande de bœuf en fines lamelles.
- 2.** Cuisez les nouilles selon les indications figurant sur l'emballage.
- 3.** Dans un wok, faites chauffer l'huile d'arachide, et faites-y revenir l'échalote émincée.
- 4.** Ajoutez les légumes pour wok, et remuez pendant 10 minutes. Réservez.
- 5.** Versez l'huile de sésame dans le wok, et cuisez les lamelles de bœuf pendant 2 minutes.
- 6.** Ajoutez la sauce barbecue teriyaki au miel Kikkoman, et remuez le tout pendant encore 5 minutes. Incorporez les légumes. Mélangez un instant.
- 7.** Pour terminer, ajoutez la coriandre. Servez avec les nouilles.