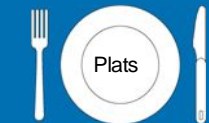


Chow mein crevette

Un vrai plat complet à la chinoise de nouilles sautées aux crevettes et petits légumes croquants.



Wok

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
SAUCE DOUCE AUX PIMENTS	6678	80 g
NOUILLES CHINOISES AUX OEUFS	6680	0.15
Crevettes 60/80		1 pces
Ail		10 g
Gingembre frais		10 g
Poivrons rouges		10 g
Poivrons verts		10 g
Carottes		50 g

Mise en place

Décongeler les crevettes la veille au froid positif.

Plonger les nouilles dans un grand volume d'eau bouillante, au premier bouillon cuire 4 minutes, égoutter dans une passoire et refroidir sous l'eau froide. Réserver.

Ciseler l'ail et le gingembre.

Ouvrir la boîte de maïs, égoutter, rincer sous l'eau froide et réserver au frais.

Émincer les lamelles de poivrons.

Éplucher, laver les carottes, couper en lamelles ou en petits bâtonnets et réserver au frais.

Mélanger la sauce huître, la sauce soja, l'eau et la farine de maïs dans un bassin.

Mise en oeuvre

Chauffer l'huile dans un wok ou une poêle profonde.

Ajouter l'ail, le gingembre, les carottes, les poivrons et faire revenir pendant 2 minutes.

Ajouter et faire revenir les crevettes pendant 2 minutes, ajouter la sauce chili dipping et mélanger intimement l'ensemble.

Réchauffer les nouilles.

Dresser avec goût sur une assiette chaude.