Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Chop Suey aux scampis

Ingrédients

3 gousses d'ail, 15 g de gingembre, 200 g de germes de soja, 350 g de scampis (16/20), 5 tomates, 1 Boîte Liserons d'eau (ou Châtaignes d'eau), 50 g de champignons noirs, 5 g de fécule, 3 càs d'huile végétale, 10 cl de sauce soja foncée,

Préparation

30 minutes avant, faire tremper les champignons chinois dans de l'eau tiède puis hacher finement. Mélanger 1 càs de fécule de maïs avec 2 càs d'eau et réserver.
Eplucher, dégermer et hacher finement 3 gousses d'ail. Peler et hacher 10 g de gingembre. Laver, ôter le pédoncule des tomates et couper en quartiers. Décortiquer les scampis et retirer le filament.
Faire chauffer un fond d'huile dans le wok. Faire revenir l'ail et le gingembre, puis ajouter les germes de soja, les champignons et les liserons d'eau.
Laisser mijoter 10 minutes puis ajouter tomates et scampis . Ajouter la sauce soja et le mélange fécule/eau pour lier la sauce.

Commentaires

4 càs d'ail, haché fin 4 cm de racine de gingembre, haché fin 50 g de champignons chinois parfumés secs, mis à trempé une demi heure dans de l'eau tiède et hachés fins Un peu de fécule de mais mélangé avec 2 càs d'eau

Notes :