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

Chop suey nuea

Ingrédients

Préparation

Tout d'abord, je fais mariner le boeuf dans de la sauce de soja, du blanc d'oeuf, sel et poivre.
Je fais ensuite revenir mon émincé de boeuf dans l'huile jusqu'à ce qu'il soit cuit et ensuite je le réserve.

Dans un wok que j'ai préchauffé, j'ajoute de l'huile et ensuite les oignons. Ensuite je fais sauter mes légumes que j'assaisonne avec 4 càs de sauce de soja claire, 2 càs de sauce d'huître, et un peu de sucre fin. Pour terminer, je rajoute les émincés de boeuf et je fais sauter une dernière fois. Avant de servir, je parsème mon plat de quelques gouttes d'huile de sésame.

Commentaires

Variante : Je peux varier les viandes et les légumes. Les deux points essentiels sont la marinade de la viande et le fait de la cuire séparément. Pour les légumes dont la cuisson prend plus de temps, je les blanchis avant de les faire sauter dans le wok.

Notes :