

Nouilles de riz aux légumes et champignons noirs



🍴 4 portions · ⌚ prep. 15m · 🕒 cuisson 10m

🌱 soja

Nouilles de riz sautées avec poivrons, brocolis et champignons noirs réhydratés, assaisonnées au tamari et décorées de coriandre.

Asie

INGRÉDIENTS

☐ poivrons rouges, <i>en lanières de 4 cm</i>	150 g	☐ coriandre fraîche	4 branches
☐ oignons	150 g	☐ tamari	3 càs
☐ brocolis, <i>en petits bouquets</i>	150 g	☐ nouilles de riz	160 g

PRÉPARATION

À l'avance, faire tremper les @champignons noirs séchés{12%g} pendant ~{180%minutes}.

1. Couper les *poivrons rouges*. Émincer finement les *oignons*. Tailler les *brocolis*. Couper les champignons noirs réhydratés en deux dans le sens de la longueur puis en lanières d'1 cm.
2. Émincer les feuilles de *coriandre fraîche* en fines lanières.
3. Faire revenir dans une *poêle* à feu moyen les oignons, les poivrons et les brocolis *5 minutes* à couvert. Ajouter les champignons et poursuivre *3 minutes*. Couper le feu et ajouter le *tamari*.
4. Dans le même temps, cuire les *nouilles de riz* dans une *casserole* d'eau salée *5 minutes*, couper le feu et laisser gonfler dans l'eau.
5. Égoutter les nouilles, les mélanger aux légumes et décorer de coriandre.