

Vermicelles asiatiques aux légumes

4 pers 30 mn

Les **ingrédients**

- 20 g de vermicelles chinois
- 100 g de viande
- 100 g d'épinards
- 2 carottes
- 1 oignon
- 1 oeuf
- 2 c. à s. d'ail haché
- Sucre
- Huile d'olive
- Huile de sésame
- 1 c. à c. de sésame
- 3 c. à s. de sauce soja
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1

Faire ramollir les vermicelles dans de l'eau chaude puis les égoutter.

Etape 2

Émincer la viande. Dans un récipient ajouter 1 c. à c. de sucre, la sauce soja, 1 c. à café d'ail haché, l'huile de sésame puis laisser y macérer la viande.

Etape 3

Faites cuire ou réchaffés vos épinards . Peler et couper les carottes puis émincer l'oignon.

Etape 4

Battre l'oeuf en omelette, le faire cuire et le couper en lamelles.

Etape 5

Dans un poêle, déposer un filet d'huile d'olive et faire revenir la viande. Ajouter les vermicelles avec 1 c. à soupe de sucre, 1 c. à soupe de sauce soja, et l'ail. Poivrer et ajouter un filet d'huile de sésame.

Etape 6

Dans une seconde poêle, déposer un filet d'huile d'olive et faire revenir les carottes et l'oignon. Saler, poivrer et ajouter les épinards.

Etape 7

Mélanger les légumes avec les vermicelles puis recouvrir de lamelles d'omelette.