# Riz sauté à l'oeuf et aux petits légumes

Le riz de la veille retrouve une seconde vie dans ce plat express de légumes croquants et d'oeufs brouillés. Rapide, économique et parfumé à la sauce soja.

| 4 personnes | 10 min préparation | 15 min cuisson | 25 min au total | facile niveau |
|---|---|---|---|---|

## Ingrédients

- 500 g de riz cuit refroidi
- 3 oeufs
- 1 carotte
- 100 g de petits pois
- 2 oignons nouveaux
- 2 gousse d'ail
- 30 ml de sauce soja
- 1 c. à café d'huile de sésame
- 20 g d'huile neutre

## Préparation

1. Mettre la carotte en tronçons, l'ail et les blancs d'oignons nouveaux dans le bol, puis hacher grossièrement.
   **4 sec / vitesse 4**
2. Ajouter l'huile neutre et faire revenir.
   **4 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse**
3. Ajouter les petits pois et cuire encore.
   **3 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse**
4. Battre les oeufs, les verser dans une poêle huilée et les brouiller.
5. Dans la poêle, ajouter le riz, les légumes du bol, la sauce soja et l'huile de sésame, puis sauter 4 minutes à feu vif.
6. Parsemer du vert des oignons nouveaux ciselés avant de servir.

**Le conseil de Tiha**
Utilise du riz cuit la veille, bien sec : du riz tout juste cuit colle et fait de la bouillie.

**Conservation :** 2 jours au réfrigérateur dans une boîte hermétique.