Nouilles udon sautées au boeuf et aux légumes

Des nouilles udon épaisses et moelleuses sautées avec du boeuf, du chou et des carottes dans une sauce soja sucrée. Un plat japonais rapide.

4 personnes	15 min préparation	15 min cuisson	30 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 400 g de nouilles udon fraîches
- 300 g de boeuf en lamelles
- 200 g de chou blanc
- 1 carotte
- 2 gousse d'ail
- 4 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à soupe de vinaigre de riz
- 1 c. à soupe de sucre
- 2 c. à soupe d'huile

Préparation

1. Mettre le chou, la carotte et l'ail dans le bol, puis hacher grossièrement.
   4 sec / vitesse 4
2. Ajouter la sauce soja, le vinaigre et le sucre, puis chauffer la sauce.
   2 min / 90°C / vitesse 2
3. Saisir le boeuf 3 minutes à feu vif dans un wok huilé.
4. Ajouter les légumes hachés et cuire 3 minutes.
5. Ajouter les nouilles détachées à l'eau chaude et la sauce, puis sauter 4 minutes. Servir bien chaud.

Le conseil de Tiha
Passe les udon sous l'eau chaude avant de les ajouter, ils se détachent sans se casser.

Conservation : 1 jour au réfrigérateur.