

Nouilles soba au tofu fumé

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 3 rouleaux de nouilles soba
- 1 bloc de tofu fumé (marque Taifun, si possible)
- 2 carottes (taille moyenne)
- quelques feuilles de chou chinois ou une courgette
- 2 œufs
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 centimètre de gingembre
- huile d'olive
- sauce soja
- huile de sésame grillé

Préparation

- couper le chou chinois (ou la courgette) et les carottes en julienne
- couper le tofu en lardons
- faire revenir le tofu dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- quand les lardons sont bien grillés, déglacer avec 2 cuillères à soupe de sauce soja
- laisser cuire encore quelques instants et réserver
- couper l'oignon en rondelles
- faire revenir l'oignon dans de l'huile d'olive à feu moyen
- ajouter les légumes dans la poêle
- passer l'ail et le gingembre au presse-ail et ajouter au mélange
- faire cuire à feu doux (pour que l'ail ne brûle pas)
- en fin de cuisson, ajouter 2 cuillères à soupe d'huile de sésame et 4 cuillères à soupe de sauce soja
- cuire les nouilles, bien surveiller la cuisson
- égoutter les nouilles et les mélanger aux légumes
- avant de servir, casser les œufs dans le mélange et mélanger doucement

Révision #1

Créé 26 août 2022 17:02:06 par Luc

Mis à jour 26 août 2022 17:14:26 par Luc