

Voici une recette très goûteuse, aux rations relativement copieuses et rapide à réaliser! Elle fût très appréciée dans ma maisonnée...

J'ai enfin trouvé le mélange parfait ce rapprochant le plus de ce que l'on peut trouver chez les traiteurs asiatiques.

Une sauce épaisse, mais pas trop, enrobant parfaitement viande et légumes.

Pour la réalisation de cette recette j'ai allié viande (boeuf), féculent (nouille de riz), et légumes (oignon caramélisé, poireau, champignons noirs).

Comment vous dire : c'était trop bon !!!

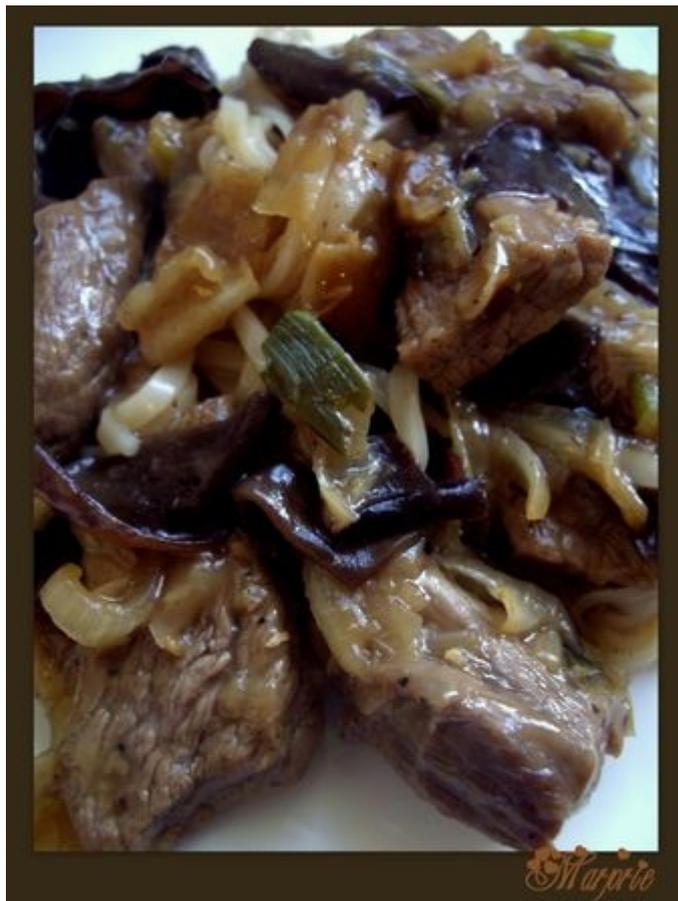
Je vous laisse essayer par vous même pour juger...



La recette pour 2 personnes:

- 300g de rumsteck
- 1 oignon
- 1 poireau
- 3 càs de jus d'orange

- 4 càs d'eau
- 5 càs de sauce soja sucrée
- 2 càs de vinaigre de riz
- 1 noix de gingembre
- 4 gros champignons noirs déshydratés
- Quantité Sufisante de nouilles plate de riz
- huile de colza
- 1 càs d'huile de sésame
- 1 càs de sucre + 1 càc
- 1 càc de poivre de Sichuan moulu
- 1 càc de maïzena



1. Dans un premier temps, couper le rumsteck en fines lamelles et les faire mariner

dans 2 càs de sauce soja et le vinaigre de riz. Laisser poser ~ 30 min.

2. Pendant ce temps, couper les oignons en rondelles fines et les faire suer dans un wok avec un filet d'huile pendant 10 min.
3. Ajouter le poireau en rondelle (ou émincé en bâtonnet) et 1 càc de sucre puis poursuivre la caramélisation jusqu'à ce que le poireau soit tendre et coloré.
4. Pendant ce temps préparer la sauce en mélangeant les 3 càs de sauce soja, le jus d'orange, l'huile de sésame, le poivre, le sucre, 4 càs d'eau et la maïzena. Remuer jusqu'à ce que le sucre soit dissous et la maïzena intégrée.
5. Dans un bol, mettre de l'eau chaude et réhydrater les champignons.
6. Une fois le poireau et les oignons caramélisés, les retirer du wok. Remettre un filet d'huile et verser dedans le gingembre râpé. Laisser ainsi 10 secondes puis ajouter les morceaux de viande avec la marinade. Mettre le feu vif et grillé un peu la viande, puis baisser le feu pour poursuivre la cuisson. Lorsque la marinade est absorbée, remettre les poireaux et oignons dans le wok et y ajouter les champignons coupés grossièrement. Remuer régulièrement pour que cela n'accroche pas. Lorsque la viande est cuite, verser la sauce rapidement, mélanger et arrêter le feu immédiatement. Réserver au chaud.
7. Dans une casserole d'eau bouillante et salée, plonger les nouilles et laisser cuire 6 min. Les égoutter et les ajouter dans le wok. Mélanger.

Voilà c'est prêt....



Astuces : ne cuisez pas trop vos nouilles sinon vous aurez du mal à les mélanger correctement au plat. Faites des lamelles de viande plutôt fines pour que cela cuise plus vite et demandez une viande bien tendre à votre boucher. Ne prenez pas un simple steak, parfois trop dur...!!

A la place des nouilles vous pouvez faire un riz parfumé à part.

Enfin pour la présentation et pour ceux qui aiment, vous pouvez parsemer votre plat déjà dressé de flocon de piment d'Espelette. Cela s'achète facilement en grande surface...

