

Japchea (Sauté Coréen)



Préparation : 15 minutes / Cuisson : 15 minutes / Portions : 4

Ingrédients :

500g de bifteck français émincé, coupé en lanières
1 c. à soupe de sauce soya
Sel et poivre au goût
250g de nouille de riz
1 c. à soupe d'huile
½ oignons blanc tranché en lanières
½ casseau de champignons blancs
1 piment rouge tranché en lanières
1 grosse carotte, pelée et coupée en fines rondelles
3 gousses d'ail émincées
3 tasses d'épinards frais
4 oignons verts émincés
2 c. à soupe de graines de sésame

Sauce :

¼ tasse de sauce soya
2 c. à soupe de sirop d'érable
1 c. à soupe d'huile de sésame

Préparation :

1. Mélanger le bifteck avec la sauce soya, assaisonner de sel et poivre si désiré puis laissez mariner 5 minutes.
2. Pendant ce temps faire cuire les nouilles de riz tel qu'indiquer sur l'emballage, égoutter et réserver.
3. Dans un poêlon, faire chauffer l'huile et cuire le bifteck.
4. Ajouter les oignons, les champignons, les piments, les carottes et l'ail et faire sauter 5 minutes.
5. Transférer les nouilles cuites et les épinards et continuer la cuisson 2 minutes.
6. Transférer dans des assiettes de service
7. Préparer la sauce et en garnir chaque assiette.
8. Ajouter des oignons verts et des graines de sésames si désiré.