

Soupe bœuf et légumes à l'asiatique

(4 portions)

Ingrédients :

- 30 ml fécule de maïs
- 30 ml sauce soya
- 10 ml huile de sésame grillé
- 5 ml de 5 épices chinoises
- 5 ml sucre
- 250 grammes de bœuf tranché mince
- 180 grammes de nouilles de riz larges
- 4 tasses de bouillon de bœuf
- 500 ml d'eau
- 2 carottes tranchées
- 1 tasse de fleurettes de brocoli
- 1 tasse de fleurettes de chou-fleur
- 2 tasses de chou chinois tranché très mince
- 5 oignons verts émincés pour le service

Dans un bol, mélanger le bœuf, les épices, l'huile, le sucre et la sauce soya, laisser reposer 10 minutes. Dans une grande casserole porter le bouillon et l'eau à ébullition. Ajouter les légumes, le mélange de bœuf et cuire une vingtaine de minutes. Ajouter les nouilles de riz et cuire 5 minutes. Servir avec des oignons verts.