KIKKOMAN®

Bami Goreng

durée totale **25 min.** **25 min.** temps de préparation

Données nutritionnelles (par portion):
2198 kJ / 525 kcal

INGRÉDIENTS

4 portions

1 càc	de sambal oelek
3 càs	Sauce Teriyaki à l'ail confit Kikkoman
4 càs	d'huile végétale ou de tournesol
2	carottes, coupées en allumettes
0,5	poivron rouge, épépiné et tranché
100 g	de pois gourmands, coupé en deux, dans le sens de la longueur
4	oignons nouveaux, hachés
1	poitrine de poulet ou 2 cuisses de poulet, désossées et coupées en petits morceaux
100 g	de petits pois surgelés
225 g	de nouilles aux œufs, cuites
200 g	de crevettes cuites décortiquées
1	gros œuf battu
2 càs	de cacahuètes grillées salées, hachées grossièrement
	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman

PRÉPARATION

Étape 1

Mélanger le sambal oelek avec la sauce Teriyaki à l'ail rôti.

Étape 2

Faire chauffer 2 c. à s. d'huile dans un wok et faire revenir les carottes et le poivron pendant 2 minutes. Ajouter les pois gourmands et les oignons nouveaux et faire sauter encore 2 minutes. Retirer et réserver.

Étape 3

Ajouter une autre c. à s. d'huile dans le wok et faire sauter le poulet pendant encore 2 minutes. Ajouter les légumes sautés, les petits pois, les nouilles, les crevettes et déglacer avec la sauce Teriyaki.

Étape 4

Remuer sur le feu pendant 3 à 4 minutes ou jusqu'à ce que tout ait bien chauffé. Transférer dans une assiette et réserver au chaud.

Étape 5

Faire chauffer le reste de l'huile dans une petite poêle et faire cuire l'œuf à point. Couper en lanières et empiler sur le mélange de nouilles. Servir avec les cacahuètes parsemées et arrosées de sauce soja.