

# Crevettes Teriyaki aux champignons Mun

durée totale **15 min.** 10 min. temps de préparation 5 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):  
**1731 kJ / 413.5 kcal**

Matières grasses: **12 g** Protéines: **18 g**  
Glucides: **58,1 g**

## INGRÉDIENTS

2 portions

<b>100 g</b>	de vermicelles (½ paquet)
<b>12</b>	crevettes tigrées noires
<b>15 g</b>	de champignons Mun séchés en tranches
<b>50 g</b>	de poivron vert
<b>50 g</b>	de carotte
<b>1</b>	échalote
<b>1 cm</b>	de gingembre
<b>0,5</b>	piment
<b>3,5</b>	gousses d'ail
<b>2,5 càs</b>	d'huile
<b>3 càs</b>	Sauce Teriyaki au sésame grillé Kikkoman
<b>0,25</b>	citron vert
<b>3 càs</b>	d'eau
<b>2 càs</b>	de coriandre
<b>1 càc</b>	de graines de sésame
<b>1 càs</b>	d'oignon vert haché

## PRÉPARATION

### Étape 1

**100 g** de vermicelles (½ paquet)

Cuisez les vermicelles selon les instructions sur l'emballage, puis égouttez-les.

### Étape 2

**12** crevettes tigrées noires - **15 g** de champignons Mun séchés en tranches

Nettoyez les crevettes en retirant les coquilles.

Versez de l'eau bouillante sur les champignons Mun et laissez-les tremper pendant 10 minutes.

### Étape 3

**50 g** de poivron vert - **50 g** de carotte - **1** échalote - **1 cm** de gingembre - **0,5** piment - **3,5** gousses d'ail - **2,5 càs** d'huile

Coupez le poivron vert en lanières et la carotte en allumettes. Hachez finement l'échalote, le gingembre, le piment et l'ail. Versez de l'huile dans une poêle et faites-la chauffer pendant environ 1 minute. Ajoutez l'échalote, le gingembre, l'ail, le poivron vert, la carotte, les champignons Mun et les crevettes.

### Étape 4

**3 càs** Sauce Teriyaki au sésame grillé Kikkoman - **0,25** de citron vert - **3 càs** d'eau - **2 càs** de coriandre - **1 càc** de graines de sésame - **1 càs** d'oignon vert haché

Faites sauter pendant 1 minute. Ajoutez les vermicelles cuits et le piment. Faites sauter pendant 2 à 3 minutes, puis ajoutez la sauce Teriyaki au sésame grillé Kikkoman, le jus de citron vert et l'eau. Mélangez bien. Saupoudrez avec quelques feuilles de coriandre, des graines de

sésame et vos oignons verts ciselés.