

Wok de Capellinis aux Légumes, Sauce Soja Sucrée

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 50 minutes

Ingrédients:

- Capellini	200g
- Courgettes	1
- Ail en Poudre	
- Haricots Princesses	200g
- Oignons	½
- Carottes	3
- Eau	100 ml
- Sauce au Soja	1 c à soupe
- Sauce Soja Sucrée	3-4 c à soupe
- Épices Thaï (Mélange)	½
- Sel	un peu
- Poivre	

Recette:

- Equeutez et faites cuire les haricots dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire. Egouttez et réservez.
- Faites cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire. Egouttez et réservez.
- Eminces l'oignon.
- Coupez la courgette en demi-rondelles.
- Pelez les carottes, puis coupez en fines lamelles (avec le couteau économe).
- Dans un wok, faites chauffer un peu d'huile. Ajoutez les oignons et les courgettes. Salez un peu et poivrez. Saupoudrez d'ail. Laissez prendre un peu couleur.
- Introduisez alors les lamelles de carottes, les haricots précuits puis les capellinis.
- Arrosez le tout avec un peu d'eau, et les sauce soja. Remuez délicatement.
- Servez dès que tous les aliments ont repris température.

