

## Nouilles chinoises au poulet et aux légumes



Plat **Facile**

**Pour** : 6 personnes

**Préparation** : 15 mn

**Repos** : 5 mn

**Cuisson** : 30 mn

*Des saveurs exotiques pour un plat savoureux et complet !*

### Ingrédients

- 200 g de nouilles chinoises
- 2 escalopes de volaille
- 200 g de brocolis
- 4 carottes
- 1 oignon
- 2 cs de sauce soja
- 2 cc de curcuma
- 25 cl de bouillon de volaille
- huile d'olive

### Préparation

- 1 Faites tremper les nouilles chinoises dans de l'eau chaude pendant 5 minutes. Égouttez-les.
- 2 Pelez, lavez et coupez les carottes en tronçons. Lavez et détaillez les brocolis. Pelez, lavez et hachez l'oignon. Coupez les escalopes de volaille en lanières.
- 3 Faites revenir vos lanières de volaille, dans votre wok, dans un filet d'huile d'olive pendant 10 minutes. Réservez-les.
- 4 Faites alors sauter les légumes pendant 5 minutes tout en remuant régulièrement. Ajoutez le bouillon de volaille et laissez cuire 10 minutes.
- 5 Au bout de ce temps, remettez les lanières de volaille dans le wok avec les légumes ainsi que les nouilles égouttées. Arrosez de sauce soja et saupoudrez de curcuma.
- 6 Laissez cuire encore 5 minutes tout en remuant ! C'est prêt !

Proposé par



#### **lesbonsrestaurants**

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

