

Sauté d'asperges aux crevettes tigrées

Ingédients

500g asperges de Thaïlande 12 crevettes tigrées
 1 paquet nouilles chili - 2 tiges de citronnelle
 2 carottes - 1 bouquet d'oignons de printemps
 2 gousses d'ail - 200 ml bouillon - 1/2 bouquet de
 cresson - 2 c.à.t. huile de noisette - 1 mangue
 épices chili



Cuisez les nouilles selon les instructions sur l'emballage. Epluchez et coupez les carottes. Lavez et coupez les oignons de printemps et la citronnelle en rondelles et la mangue en petits cubes.

Faites blanchir les asperges pendant environ 3 minutes dans la casserole à asperges. Coupez l'ail finement avant de le fruire brièvement à l'huile de noisettes dans le wok. Ajoutez les crevettes tigrées au tout.

Faites cuire pendant 5 minutes à grand feu. Ajoutez tous les légumes (sauf les asperges) et faites de nouveau cuire pendant 5 minutes. Ajoutez le bouillon et laissez mijoter le tout pendant 5 minutes à feu doux. Ajoutez les nouilles chili et les asperges. Remuez le tout et rectifiez.

Garnir avec le cresson haché.
 Bon appétit !



Joseph
 design.be

L'ustensile de
 la semaine !

Wok

Demeyer

Promo



159€
 99€

chée de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines
 info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287
 Du mercredi au samedi de 10h à 18h

