

Temps de cuisson : 20 minutes

Temps de préparation : 20 minutes

Degré de difficulté : moyen

Portion : 6



Nouilles Lo Mein au boeuf

Ingrédients :

- 1 c. table de beurre
- 1 ½ livre de bifteck de bœuf ou de bifteck de bœuf au poivre, coupé en lanières
- Sel et poivre
- 1 c. table d'huile
- 3 tasses de fleurons de brocoli
- 2 carottes, épluchées et coupées en julienne
- 2 branches de céleri, tranchées finement
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 tasse de pois mange-tout
- 300 grammes de spaghettis

Sauce :

- 1 c. table de sambal oelek
- 1 c. table de sauce de poisson
- 1/4 tasse de sauce soya
- 2 c. table de cassonade
- 1 c. table de gingembre, haché
- 1 c. thé d'huile de sésame
- 1 c. thé de sauce hoisin

Autres :

- Graines de sésame, au goût
- Oignons verts, coupés en rondelles fines, au goût



Marche à suivre :

1. Chauffer le beurre dans un poêlon.
2. Saler et poivrer le bifteck dans le cas d'un steak sans assaisonnement. Dans le cas d'un bifteck au poivre, ne pas assaisonner.
3. Faire cuire le bœuf pendant quelques minutes. Réserver.
4. Dans le même poêlon, chauffer l'huile.
5. Ajouter le brocoli et le céleri. Faire cuire pendant 2-3 minutes.
6. Ajouter ensuite les carottes, l'ail et les pois mange-tout.
7. Cuire de 5 à 6 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient bien cuits, mais encore un peu croquants.
8. Pendant ce temps, faire cuire les pâtes selon les indications sur la boîte. Égoutter et réserver.
9. Dans un bol, mélanger les ingrédients de la sauce.
10. Lorsque les légumes sont cuits, ajouter les pâtes et la sauce. Bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement au goût. Pour les amateurs de sauce, vous pouvez doubler la sauce.
11. Garnir de graines de sésame et d'oignon vert au goût.