



Ramen sautées poulet teriyaki

Temps de réalisation : 30 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 50 g de champignons noirs
- 4 blancs de poulet
- 3 belles carottes
- 2 petites échalotes
- 2 oignons nouveaux
- Huile d'olive
- 2 paquets de ramen saveur poulet teriyaki Tanosh
- Quelques brins de coriandre pour la décoration
- sauce teriyaki Tanoshi

1. Commencer par réhydrater les champignons noirs asiatiques en les mettant à tremper dans de l'eau tiède pendant 30 minutes.
2. Pendant ce temps, détailler les blancs de poulet en cubes, les carottes en julienne et réserver.
3. Éplucher et couper finement les échalotes et les oignons nouveaux, les mettre de côté.
4. Faire cuire la julienne de carotte pendant 6 à 7 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égoutter et réserver.

5. Dans une sauteuse à part, faire chauffer un filet d'huile d'olive avec un fond d'eau et faire revenir les ramen 2 à 3 minutes à couvert et à feu doux, puis réserver.
6. Pendant la cuisson des ramen, faire cuire le poulet avec un peu d'huile d'olive dans une seconde sauteuse ou wok. Rajouter les carottes, les champignons réhydratés, les oignons et les échalotes finement coupés et laisser cuire encore pendant 8 à 10 minutes à feu moyen en remuant de temps en temps.
7. Ajouter les ramen Tanoshi au dernier moment et saupoudrer le tout avec les sachets d'assaisonnement, il est possible de rajouter un fond d'eau pour créer un jus. Laisser cuire deux minutes puis éteindre le feu. Garnir les assiettes avec les ramen et quelques brins de coriandre pour la décoration... Ensuite, napper délicatement les ramen sautées avec la sauce Teriyaki pour accentuer les saveurs.
8. Servir bien chaud !