



Soupe façon miso au lapin

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Recette pour 1 bocal à emporter

Ingrédients

- 150 g d'émincé de lapin
- 1 gousse d'ail hachée
- 2 cm de gingembre haché
- 1 petite carotte coupée en lanières
- 3 champignons émincés
- 1 oignon vert émincé
- 1 poignée de pousses d'épinard
- 1 portion de nouilles udon précuites sous vide
- 1 c. à soupe de pâte de miso brun
- 1 c. à soupe de sauce soja
- huile de tournesol

1. Faites chauffer un filet d'huile dans une poêle, ajoutez les morceaux de lapin, les champignons émincés, l'ail et le gingembre hachés et faites cuire pendant 10 minutes à feu vif. Pendant ce temps faites tremper les nouilles dans de l'eau chaude pour les ramollir.
2. Dans le fond d'un bocal de 1L à couvercle, mélangez 2 c. à soupe d'eau avec le miso et la sauce soja. Ajoutez les morceaux de lapin puis les lanières de carotte, les nouilles égouttées, l'oignon frais et les pousses d'épinard. Fermez le bocal.

-
-
3. Au moment de déguster, ajoutez de l'eau bouillante jusqu'à 1 cm en dessous du haut du bocal, fermez, secouez et régalez-vous.