



RECETTE

Pour 6 personnes :

4 carottes

4 belles courgettes

6 blancs de poulet

2 oignon blanc

3 paquet de nouilles asiatiques
de la sauce Cuisine au Wok Kikkoman

Un wok

Poêlée asiatique

. Emincer l'oignon.

. Eplucher vos carottes et courgette, et faites-en des spaghetti à l'aide d'un couteau à julienne.

. Couper les blancs de poulet en petits cubes.

. Faire revenir les oignons dans le wok avec un filet d'huile d'olive

. Ajouter le poulet, et le faire dorer.

. Arroser légèrement de sauce Cuisine au Wok.

. Ajouter les légumes.

. Saler et poivrer.

. Ajouter à nouveau de la sauce Cuisine au Wok.

NOTES :

Bonne dégustation !

.....
.....
.....