

# Ragoût de poulet aux légumes

## INGRÉDIENTS

4 portions

<b>800 ml</b>	de bouillon de poisson / dashi
<b>200 g</b>	de cuisses de poulet désossées
<b>0,5 pièce</b>	de tofu
<b>200 g</b>	de chou chinois frais
<b>100 g</b>	d'épinards
<b>8 pièce</b>	shiitakés
<b>100 g</b>	de shimejis
<b>0,5 pièce</b>	carotte
	Sauce salade au sésame Kikkoman
	Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman

## PRÉPARATION

### Étape 1

Désosser les cuisses de poulet et les couper en morceaux de la taille d'une bouchée. Couper également le tofu, les champignons et les légumes en morceaux de taille similaire. Faire blanchir les carottes jusqu'à ce qu'elles soient à moitié cuites. Laisser le chou chinois cru. Porter le bouillon de poisson ou le dashi à ébullition dans une casserole et faire cuire la viande, les champignons et les carottes. Répartir ensuite le tout dans 10 bols et servir la Sauce salade au sésame et la sauce citronnée Ponzu Kikkoman comme dips.