KIKKOMAN

Riz frit aux œufs

durée totale **30 min.** **20 min.** temps de préparation **10 min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
2.233 kJ / 533 kcal

Matières grasses: **36,5 g** Protéines: **12,8 g**
Glucides: **35,2 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

1	petit piment rouge, finement émincé
1	carotte, en dés
1	oignon blanc, en dés
0,5 bouquet	d'oignons nouveaux, finement tranchés
2	œufs, battus
1	gousse d'ail, finement émincée
15 g	de gingembre, finement émincé
200 g	de riz basmati cuit, refroidi (ou reste de riz)
5 càs	d'huile à frire
2 càs	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
1 càs	Huile de sésame grillé Kikkoman

Pour la garniture:

2	oignons nouveaux, finement émincés
3	brins de coriandre, sans feuilles

PRÉPARATION

Étape 1

Faites frire le piment dans 1 cuillère à soupe d'huile chaude dans un wok et retirez-le.

Étape 2

Ajoutez la carotte et l'oignon avec 1 cuillère à soupe d'huile au reste de friture et faites frire également. Ajoutez les oignons nouveaux, faites-les revenir puis retirez le tout.

Étape 3

Nettoyez ou essuyez le wok.

Étape 4

Faites frire les œufs battus dans 1 cuillère à soupe d'huile chaude dans le wok, retirez-le et nettoyez à nouveau le wok.

Étape 5

Faites frire le gingembre et l'ail dans l'huile chaude restante. Ajoutez le riz et faites frire.

Étape 6

Ajoutez les légumes frits et faites brièvement frire. Intégrez l'œuf et assaisonnez le tout de sauce soja Kikkoman et d'huile de sésame Kikkoman.

Étape 7

Garnissez le riz frit avec les oignons nouveaux, la coriandre, l'huile pimentée et servez.