KIKKOMAN

Nouilles miso aux légumes et sauce cacahuète

durée totale **20 min.** **15 min.** temps de préparation **5 min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
2.192 kJ / 523,5 kcal

Matières grasses: **19,5 g** Protéines: **14,9 g**
Glucides: **68,2 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

150 g	de nouilles instantanées
100 g	de pak choi
1	oignon
0,5	carotte
30 g	de graines d'edamame décortiquées
1	gousse d'ail
1 càs	de beurre de cacahuète
2 càc	Huile de sésame grillé Kikkoman
2 càc	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
1 càc	de pâte de miso
0,25 càc	de piment en poudre
1 càs	de jus de citron
1 càc	de sucre
60 ml	d'eau
	Ciboule pour la garniture
2 càs	de cacahuètes

PRÉPARATION

Étape 1

150 g de nouilles instantanées - **100 g** de pak choi - **1** oignon - **0,5** carotte - **30 g** de graines d'edamame décortiquées - **1** gousse d'ail - **1 càc** Huile de sésame grillé Kikkoman
Faites cuire les nouilles selon les instructions du paquet. Hachez finement les légumes et faites-les revenir dans l'huile de sésame Kikkoman pendant 2 minutes en remuant fréquemment.

Étape 2

1 càs de beurre de cacahuète - **1 càc** Huile de sésame grillé Kikkoman - **2 càc** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **1 càc** de pâte de miso - **0,25 càc** de piment moulu - **1 càs** de jus de citron - **1 càc** de sucre - **60 ml** d'eau
Mélangez tous les ingrédients dans un bol. Ajoutez-les à la poêle avec les légumes, incorporez les nouilles cuites et mélangez bien.

Étape 3

1 oignon de printemps - **2 càs** de cacahuètes
Hachez les cacahuètes et l'oignon de printemps. Répartissez les nouilles dans des récipients et saupoudrez-les avec les oignons et les cacahuètes.