KIKKOMAN

Ramens onctueux façon carbonara

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

Données nutritionnelles (par portion):
3.016 kJ / 718 kcal

Matières grasses: **45,9 g** Protéines: **37,2 g**
Glucides: **36,2 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

2	œufs
2	jaunes d'œufs
70 g	de parmesan râpé
80 g	de lardons
60 g	de chou-fleur
40 g	de courgettes
40 g	de poivron rouge
2 càs	d'huile d'olive
2 càc	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
370 ml	d'eau chaude
200 g	de nouilles ramen
3 càs	Sauce chili épicée pour Kimchi Kikkoman
90 ml	Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu (Sauce Soja) Kikkoman
2 pincées	de poivre noir fraîchement moulu
2 càs	de ciboulette hachée

PRÉPARATION

Étape 1

2 œufs - **2** jaunes d'œufs - **30 g** de parmesan râpé
Mélanger les œufs, les jaunes d'œufs et le parmesan dans un petit bol.

Étape 2

80 g de bacon - **60 g** de chou-fleur - **40 g** de courgettes - **2 càs** d'huile d'olive - **40 g** de poivron rouge - **2 càc** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **100 ml** d'eau chaude
Couper le bacon en morceaux de 2 cm. Couper le chou-fleur et la courgette en petits morceaux et le poivron rouge en fines tranches.
Faire chauffer l'huile dans une poêle, ajouter le bacon et le chou-fleur et faire revenir à feu doux. Lorsque les lardons sont cuits, ajouter les poivrons et les courgettes et les faire revenir également. Verser 100 ml d'eau chaude, porter à ébullition et éteindre le feu. Assaisonner avec la sauce soja Kikkoman et réserver.

Étape 3

200 g de nouilles ramen - **3 càs** Sauce chili épicée pour Kimchi Kikkoman - **90 ml** Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu (Sauce Soja) Kikkoman - **200 ml** d'eau chaude
Préparer les nouilles ramen selon les instructions figurant sur l'emballage. Une fois cuites, ajouter les nouilles dans le mélange préparé à l'étape 2, remuer et laisser reposer pendant environ 3 minutes. Pour la soupe, mélanger la sauce chili Kimchi Kikkoman, la base de soupe ramen Kikkoman et 270 ml d'eau chaude dans un bol ou une casserole et garder au chaud.

Étape 4

Ajouter le mélange d'œufs de l'étape 1 dans la poêle de l'étape 2, chauffer avec précaution et éteindre le feu dès que le mélange commence à épaissir.

Étape 5

40 g de parmesan râpé - **2 pincées** de poivre noir fraîchement moulu - **2 càs** de ciboulette hachée
Répartir le mélange de l'étape 4 dans deux bols. Ajouter la soupe de l'étape 3 autour du mélange. Décorer avec le reste du parmesan, du poivre noir et de la ciboulette, puis servir.