



Ramen miso aux pleurotes

PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- Pleurotes 320 g
- 4 Oignons jaunes
- Pâte miso 4 c à c
- Ail 4 gousses
- Gingembre frais 40 g
- Huile de sésame
- Sauce pimentée 4 c à c
- Eau 2 l
- 4 Carottes
- Persil plat
- Sauce soja 8 c à c
- Nouilles udon précuites 800 g (*)
- Graines de sésame
- 4 Oeufs

Temps de préparation : 15mn

Temps de cuisson : 15mn

Temps total : 30mn

Pour l'œuf mollet : faites bouillir de l'eau dans une casserole et faites-y cuire l'œuf 6 minutes. Stoppez la cuisson en plongeant l'œuf dans un grand volume d'eau froide.

Découpez les pleurotes grossièrement dans la longueur.

Faites-les revenir dans une poêle avec 1 cc d'huile de sésame pendant environ 2 minutes. Déglacez avec 2 cc de sauce soja. Réservez.

Mixez l'ail, le gingembre et l'oignon. Faites-les revenir dans une casserole avec 1 cs d'huile de sésame pendant environ 1 minute. Ajoutez la pâte miso et la sauce pimentée, mélangez le tout activement. Ajoutez l'eau et laissez bouillir à petit feu. Pendant ce temps, découpez de fines lamelles de carottes à l'aide d'un économiseur. Réservez.

Lorsque le bouillon commence à frémir, ajoutez les nouilles udon et laissez cuire 1 minute supplémentaire.

Dans un bol, déversez le bouillon et les nouilles. Ajoutez l'œuf mollet coupé en deux, les pleurotes, les tagliatelles de carottes, le persil frais. Et pour finir, parsemez de graines de sésame.

() : Les udon sont des pâtes japonaises fabriquées à partir de farine de froment (blé tendre) et sont plus épaisses que les pâtes Ramen et Soba. De couleur blanche, elles peuvent se consommer froide ou chaude en bouillon. Comme les ramen, elles sont consommées avec des assaisonnements différents selon les régions.*