

SOUPE CHINOISE AUX LÉGUMES ET NOUILLES

Ingrédients (pour 2-3 personnes)

- 1 petit **brocoli**, coupé en petits bouquets
- 1 **poireau**, émincé
- 150 g de **champignons** (shiitake, champignons de Paris...), tranchés
- 1 morceau de **gingembre frais** (2-3 cm), râpé ou émincé finement
- 100-120 g de **nouilles chinoises**
- 500 ml de **bouillon de légumes** (ou bouillon dashi pour plus de goût)
- 2 c. à soupe de **sauce soja**
- 1 c. à café d'**huile de sésame**
- **Pour la version saumon** : 150-200 g de saumon frais, coupé en morceaux
- **Pour la version végété** : 150 g de tofu ferme, coupé en cubes
- **Un citron vert**

Dans une casserole, faire chauffer le bouillon avec le gingembre et la sauce soja. Laisser infuser 5 minutes à feu moyen pour que le bouillon s'imprègne du gingembre. Ajouter le poireau, le brocoli et les champignons dans le bouillon. Laisser cuire 5-7 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres mais encore légèrement croquants.

- **Versión saumon** : ajouter les morceaux de saumon 3-4 minutes avant la fin de cuisson, jusqu'à ce qu'ils deviennent opaques.
- **Versión tofu** : ajouter les cubes de tofu 2-3 minutes avant la fin pour qu'ils se réchauffent.

Cuire les nouilles

- Dans une petite casserole à part, cuire les nouilles selon les indications du paquet.
- Égoutter et ajouter directement dans le bouillon au moment de servir.

Ajouter l'huile de sésame juste avant de servir. Ajuster l'assaisonnement avec un peu plus de sauce soja si nécessaire. Parsemer de coriandre fraîche ou de graines de sésame, selon les goûts, presser un peu de citron vert.

