

## **WOK DE HARICOTS VERTS, NOUILLES SAUTÉES ET CACAHUÈTES**

- 300 g de haricots verts
- 250 g de nouilles de blé ou de riz
- 1 carotte
- 1 poivron rouge
- 1 petite poignée de tomates cerises
- 2 oignons rouges
- 2 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre frais (2 cm)
- 3 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à soupe d'huile de sésame (ou huile neutre)
- 1 poignée de cacahuètes grillées non salées (ou noix de cajou)
- (Optionnel) : 1 œuf ou du tofu grillé pour plus de protéines



Cuire les haricots verts 5 minutes à l'eau bouillante salée (croquants). Égoutter. Cuire les nouilles selon le paquet. Égoutter. Dans un wok ou une grande poêle, chauffer l'huile de sésame, puis faire revenir ail, gingembre et oignons émincés. Ajouter la carotte en fines lamelles, le poivron en lanières, les tomates cerises puis les haricots verts. Faire sauter 5 minutes. Ajouter les nouilles, arroser de sauce soja, bien mélanger pour enrober. Parsemer de cacahuètes grillées et servir chaud.