

## RECETTE #4

# Vermicelles de riz sautées aux légumes verts et à la sauce soja



### Ingrédients

1 paquet de vermicelles de riz

1 courgette \*

1 poivron vert

1 oignon jaune \*

40g environ de pousses d'épinard \*

[moitié de la barquette]

1/2 botte de coriandre \*

sauce soja

1 bonne poignée de graines de sésame \*

### Dans votre placard

sel, poivre, huile d'olive

### Ustensiles à prévoir

une casserole, une sauteuse,  
une passoire

1. Portez à ébullition une casserole d'eau pour cuire **1 paquet de vermicelles de riz**.

2. Pendant ce temps, préparez les légumes :

- Rincez **1 courgette** et **1 poivron vert**. Pelez **1 oignon jaune** et épluchez (ou non) **la courgette**.

- Emincez l'oignon jaune et taillez la courgette en demi-rondelles (1cm environ).

- Coupez le poivron en deux puis retirez son pédoncule et ses graines. Retirez la chair blanche (qui peut être amère) puis taillez-le en dés ou en lanières.

- Quand l'eau bout, éteignez le feu. Ajoutez les vermicelles dans l'eau bouillante, couvrez et laissez gonfler 6 min.

- Dans une sauteuse, faites chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen/vif. Faites revenir l'oignon, le poivron et la courgette 10/15 min jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Salez légèrement, poivrez.

3. Pendant que le tout cuit, rincez et égouttez **40g de pousses d'épinard**. Rincez et ciselez **1/2 botte de coriandre** (en entier, les tiges se consomment).

4. Quand les vermicelles sont cuites, égouttez-les et rincez-les à l'eau froide pour stopper la cuisson.

5. Quand les légumes sont cuits, ajoutez les pousses d'épinard et faites revenir 1 min environ jusqu'à ce qu'elles soient bien tombées (ramollies). Salez, poivrez. Ensuite, ajoutez les vermicelles, versez **un filet de sauce soja** (plus ou moins selon votre goût) et poursuivez la cuisson 2/3 min jusqu'à ce que ce soit bien chaud.

Servez les vermicelles de riz sautées aux légumes verts et à la sauce soja bien chaudes, parsemées de coriandre et de **graines de sésame**.