



LA BELLE VIE

**Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux**

Nouilles & poulet maggi'que

 Pour 4 personnes Très facile 30 min**3.47€ La portion** (prix indicatif)

L'arôme Maggi et son goût inimitable... on a planché sur une recette de nouilles et de poulet qui plaira à tous, petits comme grand. Si vous le souhaitez, vous pouvez ajouter de la cibette ou de la ciboulette thaï au moment de servir.

Les ingrédients

- **300 g** de Filet de poulet
- **250 g** de Noodle chinoise aux oeufs
- **1 pièce** de Poivron rouge
- **4 gousse** de Ail
- **4 c à s** de Sauce soja claire
- **4 c à c** de Arôme Maggi
- **3 c à s** de Huile de sésame

Étapes de préparation

**Préparation : 15 min****Cuisson : 15 min****Attente : 0 min**

- 1 Coupez les filets de poulet en lamelles d'environ 0,7-1 cm d'épaisseur (2 gros filets et/ou 300 g environ).

Astuce facultative : saupoudrez les morceaux de poulet avec du bicarbonate pour attendrir la viande. Faites mariner le temps de préparez les autres ingrédients.

- 2 Mettez un grand volume d'eau (non salée) à bouillir dans une casserole pour faire cuire les nouilles.
- 3 Lavez, épépinez et coupez un poivron rouge en lamelles fines (0,5 mm d'épaisseur). Hachez finement 4 gousses d'ail, ou râpez-les.

- 4 Quand l'eau bout, faites cuire les nouilles selon les instructions indiquées sur le paquet. C'est très rapide, souvent 2-3 minutes à peine. Ne les faites trop cuire surtout, et dès que le minuteur sonne, refroidissez-les rapidement sous l'eau froide pour stopper la cuisson. Egouttez et arrosez-les d'un filet d'huile neutre pour éviter qu'elles collent.

Si vous avez fait mariner le poulet avec du bicarbonate, rincez les morceaux après 20 minutes puis séchez-les.

- 5 Chauffez un wok ou une sauteuse large avec 2 càs d'huile neutre à feu moyen-fort. Ajoutez les morceaux de poulet. Faites cuire quelques minutes en mélangeant, le temps que la surface commence à dorer. Ajoutez l'ail. Faites frire ≈ 30 secondes en mélangeant. Ajoutez les lamelles de poivron. Toujours en mélangeant, faites-les revenir quelques minutes. Gardez-les al dente.
- 6 Ajoutez les nouilles cuites. Mélangez. Assaisonnez avec 4 càs de sauce soja, 2 càm d'arôme Maggi, du poivre (blanc de préférence) et 3 càs d'huile de sésame. Mélangez jusqu'à ce que la sauce soit aspirée par les nouilles.
- 7 C'est prêt ! Servez sans attendre.
Si vous en avez, vous pouvez parsemer d'oignon cébette ou de ciboule thaï