Nouilles et poulet sautés au wok

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Moyenne

Ingrédients

225 grammes de nouilles séchées
sel
1 cuillère à soupe d'huile de sésame (+ un peu)
200 grammes filets de poulet (en lanières)
2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
2 gousses d'ail (émincées)
50 grammes de pois gourmands
50 grammes de jambon cuit (émincé)
4 cuillerées à thé de sauce soja
1 cuillère à soupe de xérès sec
1⁄2 cuillerée à thé poivre blanc (du moulin)
1⁄2 cuillerée à thé cassonade
2 jeunes oignons (émincés)
graines de sésame
1 bouquet de coriandre

Pour la marinade :

4 cuillerées à thé de sauce soja
4 cuillerées à thé d'huile de sésame
1⁄2 cuillerée à thé poivre blanc (du moulin)

Méthode de préparation

1. **Faites cuire les nouilles dans de l’eau légèrement salée et égouttez-les. Ajoutez 1 cuillère à soupe d’huile de sésame et mélangez. Réservez les nouilles.**

2. **Dans un bol, mélangez le blanc de poulet et les ingrédients pour la marinade et laissez reposer pendant 10 minutes.**

3. **Faites chauffer un wok à blanc. Ajoutez 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide, puis le poulet. Faites-le sauter pendant 2 minutes et versez le tout dans un récipient. Remettez le wok sur le feu et ajoutez 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide. Ajoutez l'ail et faites revenir pendant 10 secondes. Ajoutez les pois mange-tout et le jambon. Remuez pendant 1 minute.**

4. **Ajoutez les nouilles, la sauce soja, le xérès, le poivre et la cassonade. Remettez les morceaux de poulet dans le wok (avec le liquide). Laissez cuire 3 à 4 minutes de plus. Ajoutez un peu d'huile de sésame.**

5. **Garnissez de jeunes oignons, de graines de sésame et de coriandre.**