Poke bowl à la mâche et aux nouilles

Temps de préparation

< 30 min

Difficulté

Facile

Ingrediënten

400 grammes de grammes de nouilles (ou autres nouilles)
sel
1 tiret de sauce soja (au choix)
1 citron vert (le jus)
1 tiret d'huile de sésame
1 piment espagnol (émincé)
4 carottes (râpées)
1 tasse de petits pois (ou d’edamames, cuits)
200 grammes de mâche
200 grammes de chou rouge (râpé)

Bereidingswijze

1. **Faites cuire les nouilles dans de l’eau légèrement salée et égouttez-les. Rincez-les à l’eau froide et laissez égoutter.**
2. **Mélangez les nouilles, la sauce soja, le jus de citron vert, l’huile de sésame et le piment rouge. Versez successivement les nouilles, les carottes, les petits pois, la mâche et le chou rouge dans quatre pots Weck ou autres bocaux en verre.**
3. **Servez immédiatement.**