



Spring Rolls Bowl

240 kcal

Les ingrédients:



1 paquet de noodles LIV



3 càs de beurre de cacahuète



2 carottes



+ 1/2 de poivron rouge



1/2 de concombre



125 g de chou rouge



Coriandre

Ce dont vous avez besoin:

- Sel et poivre
- 3 càs de sauce soja salée
- 2 càc de jus de citron vert
- Passoire
- Planche à découper
- Poêle



La recette:

- 1 Passer les noodles sous l'eau, saisir 3 minutes dans une poêle bien chaude, ajouter 1 càs de sauce soja et saisir 2 minutes puis réserver.
- 2 Mélanger le beurre de cacahuète avec la sauce soja et le jus de citron.
- 3 A l'aide d'un économe, former des rubans de carotte. Couper le poivron en lamelles, couper le concombre en bâtonnets, hacher le chou rouge.
- 4 Disposer les noodles et les légumes dans un bol, garnir de coriandre, et servir avec la sauce cacahuète.
- 5 C'est prêt, LIV IT !

Petit +
Ajouter de la menthe



#KONJAKISÉS