

les recettes d'Alice

Petit sauté de porc et crabe au soja



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Economique



20 minutes



15 minutes



facile

Ingrédients

500 gr d'échine de porc
200 gr de champignons noirs
1 boîte de crabe
2 citrons, sucre
150 gr de germes de soja

2 c à s d'huile
1/2 poivron rouge
4 c à s de sauce soja
4 oignons nouveaux
1 bouquet de coriandre

Matériel nécessaire

1 wok

Préparation et réalisation

1- Découper la viande en lamelles. L'assaisonner de sel, poivre et d'un c à c de sucre puis de sauce soja, et du jus des 2 citrons. Laisser mariner 30 min.
2- Faire gonfler les champignons et les émincer. Emincer très finement le poivron épépiné. Emincer les oignons. Egoutter et émietter le crabe.
3- Egoutter la viande et faire chauffer le wok avec l'huile et dorer la viande, puis ajouter les champignons, les oignons, remuer 3 min et ajouter le soja et le crabe. Verser ensuite la marinade et 5 cl d'eau et cuire 3 min. Ajouter le coriandre haché et les poivrons vérifier l'assaisonnement puis servir.

Conseils et astuces

Pour la cuisson utiliser de l'huile de sésame pour parfumer.

Alice Délice

