

Wok de choudou et Saint-Jacques

Choudou, Recette



4 pers

30 min

10 min

Ingrédients

1/3 choudou

12 noix de Saint-Jacques

8 champignons de Paris

1 courgette

1/2 botte de ciboulette

sauce soja

Huile d'olive

Préparation

Étape 1

Émincer le choudou, tailler la courgette et les champignons

Étape 2

Dans une sauteuse ou un wok, verser 1 cuillère à soupe d'huile d'olive. Ajouter le choudou et la courgette

Étape 3

Cuire 5 minutes, ajouter les champignons, puis cuire à nouveau 3 minutes. Verser 1 cuillère à soupe de sauce soja et ajouter la ciboulette.

Étape 4

Faire sauter à part les noix de Saint-Jacques, 2 minutes sur chaque face

Contact



Téléphone

+32 472 90 21 14



Email

fermedevillers@outlook.be



Adresse

Rue de Celles, 48
4450 Hologne-sur-Geer



Bel go Bio

Politique de confidentialité

Bel Go Bio SCRL
TVA 069545648