

Sauté de soja gingembre sésame - La fourchette gourmande

<http://familyscook.canalblog.com/archives/2012/07/22/24577624.html>

July 22, 2012

Sauté de soja gingembre sésame

Un plat que je réalise assez souvent car simple et parfumé.

Pour 4 gourmands :

Soja frais : 500 gr

Gingembre frais épluché : 30 gr

Huile de sésame : 1 belle cuil. à soupe

Huile neutre : 1 cuil. à soupe

Ail : 3 gousses

Sauce de poisson : 1 cuil. à soupe

Œuf : 4

Hacher au couteau le gingembre et l'ail sans les mélanger. Faire chauffer l'huile neutre dans une poêle, y faire revenir le gingembre pendant 2 min. Ajouter l'ail, poursuivre la cuisson encore 1 à 2 min.

Ajouter le soja. Continuer la cuisson à feu moyen. Battre les œufs en omelette, ajouter 1/2 cuil à soupe de sauce de poisson.

Lorsque le soja commence à devenir translucide, ajouter le reste de sauce de poisson, l'huile de sésame et les œufs. Mélanger et poursuivre la cuisson pour que les œufs soient cuits.

Ajouter du sel si nécessaire.

Servir.