

MÉDAILLONS BRUNS SAUTÉS

Au poivre noir de Kampot



 2-3 personnes  35 minutes

INGRÉDIENTS

75 g Médailles Bruns
2,5 c.s. sauce huitre végétarienne
1 c.s. sauce soja sucrée
1 c.c. poivre noir de Kampot
2 c.c. sucre
10 g gingembre frais
1 c.s. sauce soja salée
1 carotte
1 poivron vert

PRÉPARATION

1. Une fois les médaillons bruns réhydratés, ajoute 2 c.s. sauce huitre végétarienne, la sauce soja sucrée, le poivre noir de Kampot fraîchement moulu et 1 c.c. sucre. Puis, mélange le tout.
2. Laisse reposer environ 30 min.
3. Coupe la carotte et le poivron vert en julienne.
4. Hache finement le gingembre frais et fais-le revenir dans une poêle bien chaude avec un filet d'huile d'olive.
5. Ajoute la julienne de carottes et de poivrons et fais sauter 1-2 minutes.
6. Rajoute ensuite les médaillons bruns.
7. Fais sauter le tout jusqu'à ce que les médaillons bruns soient bien dorés.
8. Ajoute enfin la sauce soja salée, le restant de sauce huitre végétarienne et de sucre, mélange rapidement et c'est prêt !