

Ramen au poulet

TEMPS DE PRÉP

10 MIN

TEMPS TOTAL

30 MIN

PORTION

4



[Imprimer](#)



[Sauver](#)

Ingrédients

Métrique Impérial

- 2 œufs
- 2 boîtes (900 mL chacun) Bouillon de poulet Prêt à utiliser 30 % moins de sodium, de CAMPBELL'S®
- 2 poitrines de poulet
- 1 c. à s. racine de gingembre frais, émincée
- 6 oz nouilles Ramen
- 2 tasses feuilles de pois mange -tout ou bébés épinards
- 1/2 tasse grains de maïs surgelés, décongelés
- 1 feuille nori grillé, émincé
- 2 oignons verts, tranchés
- 1 c. à t. huile de chili (facultative)

Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle

Préparation

- 1.** Dans une casserole, faire frémir de l'eau (petites bulles et non gros bouillons). Ajouter les œufs et les cuire pendant six minutes. Régler le feu pour garder l'eau à une température uniforme. Retirer les œufs de l'eau et les passer sous l'eau froide jusqu'à ce qu'ils aient refroidi. Les écaler et les couper en deux. Réserver.
 - 2.** Verser le bouillon dans une grande casserole et chauffer à feu moyen-vif. Ajouter le poulet et le gingembre et porter à ébullition. Réduire le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que le poulet soit cuit, de 12 à 15 minutes environ. Retirer le poulet et le transférer sur une planche pour le découper.
 - 3.** Ajouter les nouilles et les feuilles de pois mange-tout au bouillon. Cuire jusqu'à ce que les nouilles soient al dente et les feuilles de pois mange-tout tendres, soit environ 2 minutes.
 - 4.** Répartir les nouilles dans 4 bols. Verser le bouillon dans les bols et les garnir avec le poulet tranché, les feuilles de pois mange-tout, les grains de maïs et les moitiés d'œufs. Garnir avec les oignons verts, le nori et un filet d'huile de chili.
-

Avez-vous cuisiner cette recette?

Laissez un commentaire si-dessous.