



WOK DE BŒUF AUX
POIVRONS ET RIZ



WOK DE BŒUF AUX POIVRONS ET RIZ

INGRÉDIENTS

- 250 g de riz Jasmin
- 400 g de bœuf (type rumsteak ou bavette...)
- 2 poivrons rouge
- 1 tomate
- 1 oignon
- Sauce soja
- Huile de sésame
- Sel et poivre

Préparation : 15 min

4 parts

Cuisson : 20 min

1. Cuire le riz selon les indications de l'emballage.
2. Pendant ce temps, laver les légumes. Épépiner les poivrons et les couper en lanière, couper la tomate puis peler et émincer finement l'oignon.
3. Dans un wok, faire chauffer un peu d'huile et faire revenir les poivrons sur feu vif en remuant régulièrement. Ajouter les oignons et un filet de sauce soja, prolonger la cuisson encore 5 minutes toujours en remuant.
4. Couper la viande en dès ou lamelles et l'ajouter au wok avec la tomate, deux cuillères à soupe d'huile et de la sauce soja. Saler et poivrer. Cuire sur feu moyen.
5. Lorsque le bœuf est cuit, ajouter le riz et un peu de sauce soja (plus ou moins selon le goût), mélanger bien et laisser cuire 2/3 minutes sur feu moyen. Servir aussitôt.