



RECETTE
AVEC



SAUTÉ DE POULET AU
GINGEMBRE ET RIZ





SAUTÉ DE POULET AU GINGEMBRE ET RIZ

INGRÉDIENTS

- 1.1/2 tasse de SunRice Medium Grain
- 500-g Filet de cuisse de poulet en dés (ou filet de poitrine)
- 2 cuillères à soupe d'huile végétale
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 c. à café d'ail écrasé
- 2 c. à café de gingembre, écrasé
- 1 tasse d'oignons verts tranchés
- 1 cuillère à soupe de sauce soja

Préparation : 10 min

4 parts

Cuisson : 20 min

- Pour cuire le riz, suivez les instructions du paquet.
- Faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive.
- Ajouter le poulet et faire sauter jusqu'à ce qu'il soit cuit.
- Ajouter le gingembre et l'ail, faire frire doucement pendant une minute.
- Ajouter le riz et faire sauter jusqu'à ce que le riz soit chaud.
- Ajouter la sauce soya et les oignons de printemps et chauffer encore une minute.