

Nouilles de riz sautées

Version végétane du plat traditionnel vietnamien *Phở Ấp Chảo*

2 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 1/2 paquet (200g) Nouilles de riz plat, type « Pho »
- 1 tasse Légumes de votre choix, coupés en tranches ou en dés (*champignons shiitake, céleri, onion, épinards, etc.*)
- 1/2 cuil. à thé **Miso rouge en poudre**
- 90 ml **Sauce aux huîtres végétane**
- 90 ml Sauce tamari ou soya
- 30 ml **Sauce poisson végétale** (*type Assaisonner & cuisiner*)
- 2 cuil. à table Sucre de canne
- 3 cuil. à table d'eau
- 1/4 cuil. à thé Poivre noir
- Huile végétale

PRÉPARATION

- Dans une casserole, mélanger la **Sauce aux huîtres végétane**, le tamari, la **Sauce de poisson végétale**, le sucre, poivre, et l'eau.
- Porter à ébullition puis baisser le feu. Remuer pour dissoudre le sucre. Retirer du feu et réserver.
- Dans une poêle à feu moyen-vif, faire sauter chaque légume séparément et réserver.
- Faire bouillir selon les directives sur l'emballage, puis rincer et égoutter.
- Dans une poêle, faire chauffer 2 c. à soupe d'huile sur feu moyen et ajouter les nouilles cuites.
- Ajouter 100 ml de sauce et remuer pour bien enrober les nouilles.
- Ajouter les légumes, la **poudre de miso rouge** et le reste de la sauce. Bien mélanger. Retirer du feu.

Servir immédiatement. Bon appétit !



Stir-Fry Rice Noodles

bodhigourmet.com

Plant-based version of the Vietnamese dish *Phở Ấp Chảo*

3 PORTIONS

INGREDIENTS

- Half pkg (200g) Flat Rice Noodle, "Pho" type
- 1 cup Vegetables of your choice (sliced or diced) (*mushrooms, celery, onion, spinach, etc.*)
- ½ tsp Red Miso Powder
- 90 ml Vegan Oyster Sauce
- 90 ml Tamari or Soy Sauce
- 30 ml Plant-Based Fish Sauce (*for Seasoning & Cooking*)
- 2 Tbsp Cane Sugar
- 3 Tbsp Water
- ¼ tsp Black Pepper
- Vegetable Oil

DIRECTIONS

- In a pot, mix Vegan oyster sauce, tamari or soy sauce, Plant-based fish sauce, sugar, pepper, and water.
- Bring to a boil, then lower heat. Stir to dissolve sugar. Remove from heat and set aside.
- In a pan over medium-high heat, sauté each vegetable type separately, and set aside.
- Boil according to package instructions, then rinse and drain.
- In a pan over medium heat, add 2 tablespoons of oil and add noodles.
- Add in 100 ml of the sauce, stir to coat noodles.
- Add vegetables, red miso powder and the rest of the sauce. Mix well, and remove from heat.

Serve immediately and enjoy!

