Soupe orientale au poulet végétaliennes

Passion pour la cuisine, passion pour veggie!

En collaboration avec ChefsproVeggie, les élèves des 6e et 7e années ont élaboré des plats savoureux et sains dans lesquels les légumes jouent le rôle principal.

Voici le plat de Jens!



Ingrédients

- 500 gr poulet végetaliens - Greenway
- 1 kg Chinamix extra - Ardo
- 1 kg cubes de tomates - Ardo
- 2,5 l bouillon de légumes
- Gomasio Curry - Verstegen
- Chillies, moulu - Verstegen
- poire et sel
- 100 gr Mélange d'herbes thaï - Ardo
- 150 gr mihoen
- 50 gr mélange de curry rouge - Verstegen
- huile d'olives

Méthode

1. Faites cuire le Chinamix et les cubes de tomates dans l'huile d'olive.
2. Assaisonner avec les chillies et le mélange d'épices thaïlandaises.
3. Mouiller avec le bouillon de légumes.
4. Faites cuire les morceaux de "poulet" végétaliens et ajoutez-les à la soupe.
5. Saison avec poire et sel
6. Faire frire les nouilles
7. Terminer la soupe avec de la coriandre, des nouilles frites et de l'huile assaisonnée avec un mélange de curry rouge.

Photographie

~~Foodphoto~~

Cette recette est de
Ter Groene Poorte

© ChefsproVeggie

~~info@chefsproveggie.be~~