

Poêlée de pak choï au gingembre

Vous pouvez servir cette recette en accompagnement d'un plat chinois ou en entrée chaude.



J'ai choisi de faire cette recette avec des **petits pak choï** dit **bok choy de Shanghai**. Mais, vous pouvez préparer la même recette avec des grands pak choï (longue feuille verte) à ne pas confondre avec le chou chinois (longue feuille blanche) dit chou de Pékin.

400 g de pak choï
Huile d'olive
1 gousse d'ail
20 g de gingembre
50 ml de bouillon de légumes
1 cs de soja claire
Huile de sésame

Coupez dans la longueur les **pak choï** en 8. Passez-les sous l'eau. Il est plus facile de les laver une fois coupés.

Epluchez l'**ail** et le **gingembre**. Réduisez l'ail en purée et râpez le gingembre.

Il est préférable de préparer tous les ingrédients devant vous avant de démarrer la cuisson car en 3 minutes c'est prêt.

Dans un wok, versez un filet d'**huile d'olive**. Lorsque l'huile est chaude, ajoutez l'ail et le gingembre. Le voyage commence maintenant, votre cuisine va embaumer un **doux parfum** agréable qui réveille les papilles de tous.

N'attendez pas qu'ils soient colorés pour ajouter les pak choï. Laissez dorer en remuant avec une spatule en bois, avant de verser le **bouillon de légumes**.

Ajoutez le soja claire et laissez cuire 2 minutes. Le coeur reste croquant mais c'est bien meilleur ainsi.

Dressez les pak choï dans un plat. Versez la sauce sur les légumes et quelques gouttes d'**huile de sésame**.

A vos baguettes

Je dois vous avouer que je propose une coupelle de **sauce d'huître** sur la table pour tremper ces coeurs croquants, un délice, à fondre de plaisir.