

RIZ SAUTÉ



Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500 g de riz cuit
- 3 oeufs cuits en omelette
- 200 g de petits pois
- 200 g de carottes coupées en petits dés
- 100 g de pousses de haricots mungo
- 30 g de raisins secs trempés
- 30 g de noix de cajou
- Quelques pluches de coriandre
- Jus de citron vert
- Sauce soja
- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 2 c. à soupe d'huile de colza HOLL

Préparation:

Faire revenir les carottes, les petits pois, l'échalote et l'ail pressé avec un peu d'huile de colza HOLL.

Ajouter le riz aux légumes et faire revenir quelques minutes.

Hacher l'omelette, l'incorporer au riz avec les raisins et les noix de cajou.

Assaisonner avec du jus de citron et de la sauce soja.

Ajouter les pluches de coriandre et les haricots mungo au moment de servir.

