



## WOK DE VEAU FAÇON LAQUE *Recette chinoise*

4 personnes  
Préparation 5 minutes  
Cuisson 5 minutes

Prix : ★★☆☆  
Temps : ★☆☆☆  
Difficulté : ★☆☆☆



### Ingrédients :

- 500g de veau tendre (escalope, côte, rôti, etc.)
- 50g de sauce soja claire
- 50g de sucre en poudre
- ½ oignon
- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 3 cuillères à soupe d'huile (tournesol, olive, etc.)
- pour finir : 1 cuillère à soupe de maïzena ou de farine et ½ verre d'eau.

- ➊ **Couper** le veau en petites tranches fines.
- ➋ **Mélanger** le sucre et la sauce soja, couper l'oignon très fin.
- ➌ **Mettre en marinade** en mélangeant la viande, la sauce soja, le sucre, l'oignon, le bicarbonate de soude et l'huile.
- ➍ **Bien remuer puis filmer** au contact (le film doit toucher la préparation).
- ➎ Dans un wok très chaud : faire revenir la viande en remuant : il doit y avoir une petite pellicule colorée au fond du wok.
- ➏ **Mélanger** la maïzena dans l'eau.
- ➐ **Ajouter** ce mélange dans le wok et couper le feu dès que la sauce est bien épaisse.
- ➑ **Bien mélanger** pour napper tous les morceaux de viande et passer à table.

### Option :

- ajouter du piment à la marinade
- parfumer la marinade avec 1 cuillère à café de pastis
- remplacer le veau par du blanc de volaille.

/!\ Si on doit cuisiner pour plus de 4 personnes, il faudra cuire la viande en 2 fois. Après la cuisson de la première moitié (étape 5), ajouter ¼ de verre d'eau afin de bien tout récupérer dans le wok avant de réserver et d'essuyer le wok avec un papier absorbant.

Cuire ensuite la deuxième partie puis ajouter la viande déjà cuite et finir la sauce (étape 6, 7 & 8).

Bon appétit !