

Bouillon miso aux nouilles

LA RECETTE POUR CUISINER AVEC LE **MIRIN** ET LES **SHIITAKES**



par La Cerise sur le Maillot



MOICHEF

love cuisine



Bouillon miso, nouilles soba, légumes rôtis et shiitakes

Un bol plein de saveur umami pour un déjeuner léger qui vous fera voyager. Une recette de Stéphanie du blog lacerisesurlemaillot.fr.

🕒 **PRÉPARATION : 15 MIN.**

🕒 **CUISSON : 12 MIN + 40 MIN.**

POUR 4 PERSONNES

- 150 g de nouilles soba
- 1 patate douce (environ 300 g)
- 2 betteraves crues
- 4 cuil. à soupe de sauce soja
- 3 cuil. à soupe de mirin
- 3 cm de gingembre frais pelé et rapé
- 1 cuil. à soupe d'huile de sésame
- 1 L d'eau
- 2 cubes de bouillon miso ou 1 cuil. à soupe de pâte de miso
- 8 shiitakes
- 1 cuil. à soupe d'huile neutre
- 200 g de fèves écossées

LES LÉGUMES RÔTIS

- ① Préchauffez le four à 150°C en chaleur tournante.
- ② Pelez et coupez la patate douce et les betteraves en rondelles.
- ③ Mélangez la sauce soja, le mirin, le gingembre et l'huile de sésame.
- ④ Mettez les légumes dans un plat à four et arrosez avec la sauce.
- ⑤ Enfournez pendant 40 minutes en remuant de temps en temps.

LES NOUILLES AU BOUILLON

- ① Faites tremper les shiitakés dans un litre d'eau. Égouttez-les en récupérant l'eau.
- ② Émincez les têtes des champignons en lamelles et faites-les revenir à la poêle 3 minutes à feu vif dans un peu d'huile.
- ③ Faites cuire les fèves 3 minutes dans de l'eau bouillante.
- ④ Portez l'eau des champignons à ébullition avec le miso et faites cuire les nouilles 6 minutes.
- ⑤ Dans 4 bols, répartissez les nouilles et le bouillon. Déposez les légumes rôtis puis les shiitakés et les fèves. Servez immédiatement.

Retrouvez d'autres recettes sur blog/moichef.fr