

Boeuf aux cinq parfums (Chine)



Pour 4 personnes :

500gr de boeuf tendre (rumsteack ou faux-filet)

1 gousse d'ail

1 cc de sel

1/2cc de gingembre frais râpé

1cs de sauce soja épaisse (mushroom)

1/2cc de cinq-parfums

2cc de Maïzena (ou de féculé)

2cs d'huile d'arachide

3cs d'eau ou de bouillon

Choisissez un morceau de viande épais pour une découpe plus facile (elle se taillera encore mieux si vous la congelez partiellement). La tailler en fines tranches (environ 2cm de largeur sur 5cm de longueur, juste pour vous donner une idée de la taille).

Dans un saladier, écraser l'ail avec le sel, ajouter le gingembre, la sauce soja, la Maïzena et le cinq-parfums. Bien mélanger, ajouter la viande. Bien mélanger à nouveau.

Dans un wok (ou une poêle si vous n'en avez pas), sauter le boeuf à feu très vif dans l'huile très chaude en remuant constamment, jusqu'à ce que la viande prenne couleur. Arroser avec l'eau ou le bouillon et porter à ébullition en remuant. Lorsque le liquide a épaissi, servir immédiatement. Et voilà!! Je vous avais dit que c'était rapide!!! Régalez-vous!!