

# Bol de nouilles facile à faire et vite fait

TEMPS DE PRÉP

**10 MIN**

TEMPS TOTAL

**40 MIN**

PORTION

**4**[Imprimer](#)[Sauver](#)

## Ingrédients

Métrique Impérial

- 2 boîtes Bouillon de poulet Prêt à utiliser Sans sel ajouté de CAMPBELL'S®
- 1 1/2 c. à s. sauce soya à teneur en sodium réduite
- 12 graines de coriandre
- 12 graines de cumin
- 4 clous de girofle entiers
- 3 brins de menthe
- 2 bâtons de cannelle
- 1 lime, coupée en 8 morceaux
- 1/2 lb poitrines de poulet sans peau et désossées
- 6 oz nouilles de riz minces (vermicelles de riz)
- 6 oz pois mange-tout non cuits, coupés en juliennes (500 mL / 2 tasses)
- 1 tasse carottes non cuites, coupées en juliennes

**Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle**

## Préparation

- 1.** Mélanger le bouillon, la sauce soya, la coriandre, le cumin, les clous de girofle, 2 brins de menthe, les bâtons de cannelle, 4 morceaux de lime et le poulet, dans une grande casserole. Amener à ébullition. Baisser le feu à « doux ».
- 2.** Couvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit – pendant environ 15 minutes –, en remuant de temps à autre. Retirer le poulet, trancher et garder au chaud.
- 3.** Filtrer le bouillon afin de retirer les fragments d'assaisonnement entiers et remettre le bouillon dans la casserole. Amener à ébullition. Cuire les nouilles dans le bouillon pendant 2 minutes, pour les ramollir et les diviser.
- 4.** Répartir les nouilles dans 4 bols à nouille ou à soupe. Garnir chacun d'une portion de poulet et de légumes. Verser immédiatement le bouillon chaud dans chaque bol. Ajouter un morceau de citron et une feuille de menthe, comme garniture.

## Conseils et Recettes

- *Remplacez le poulet par des crevettes ou du tofu ferme. Comme les crevettes cuisent rapidement, ajoutez-les à la fin du temps de mijotage de la soupe – environ 15 minutes avant la fin, pour qu'elles soient cuites à point.*
- *Une quantité égale de divers légumes frais, coupés en fines lanières, fonctionne également à merveille dans cette recette. Soyez créatif et laissez-vous inspirer par les légumes de saison. Si vous utilisez des germes de haricot, veillez à les précuire adéquatement.*

**Avez-vous cuisiner cette recette?**

**Laissez un commentaire si-dessous.**