

**Portions** – 4 en accompagnement

**Préparation** – 15 minutes

**Cuisson** – 10 minutes

## ingrédients

- + 1 gros bok choy
- + 1 c. à table d'huile d'olive
- + 1 gousse d'ail émincée ou râpée
- + 1 c. à soupe de gingembre frais râpé
- + ½ tasse de bouillon de poulet
- + 1 c. à soupe de sauce soya

## Poêlée de bok choy ail et gingembre

### directions

- Laver soigneusement les bok choy et les couper en 6 ou 8 en conservant la base afin que les feuilles ne se détachent pas des portions.
- Faire chauffer l'huile d'olive dans un poêlon, y ajouter l'ail et le gingembre. Faire chauffer quelques secondes.
- Ajouter les morceaux de bok choy et remuer 2 à 3 minutes.
- Ajouter le bouillon de poulet et la sauce soya.
- Laisser cuire 3-4 minutes jusqu'à ce que le bok choy soit ramolli mais encore ferme au cœur.
- Dresser dans un plat, y verser la sauce.

***Cette recette accompagne bien les mets asiatiques en général***