



Temps de préparation : 10 MIN

Temps de cuisson : 20 MIN

Portions : 2

Ingrédients :

- *1 tasse (250 mL) de macaronis*
- *2 c. à thé (10 mL) d'huile végétale*
- *1 gousse d'ail, hachée fin*
- *½ oignon et ½ poivron vert, coupés en dés*
- *1 c. à soupe (15 mL) de sauce soya VH[®]*
- *1 c. à soupe (15 mL) d'eau*
- *1 sachet (160 mL) de sauce pour sauté Général Tao VH[®]*
- *½ tasse (125 mL) de pois surgelés*
- *½ tasse (125 mL) de châtaignes d'eau, égouttées et tranchées*
- *1 tasse (250 mL) de poulet, cuit et coupé en dés*

Étapes :

- 1. Faire cuire les macaronis selon les directives sur l'emballage. Égoutter et réserver.*
- 2. Dans un poêlon antiadhésif, faire chauffer l'huile à feu moyen-vif. Ajouter l'ail, l'oignon et le poivron vert; faire sauter 4 minutes.*
- 3. Ajouter la sauce soya VH[®], l'eau et la sauce pour sauté Général Tao VH[®]. Bien mélanger.*
- 4. Ajouter les macaronis, les pois, les châtaignes d'eau et le poulet cuit.*
- 5. Faire cuire jusqu'à ce que tout soit bien chaud; servir.*