



Temps de préparation : 10 MIN

Temps de cuisson : 10 MIN

Portions : 2

Ingrédients :

- *¾ lb (375 g) de haut de surlonge, tranché très mince*
- *2 c. à thé (10 mL) de fécule de maïs*
- *1 c. à thé (5 mL) de gingembre frais, émincé*
- *1 gousse d'ail, émincée*
- *1 c. à soupe (15 mL) d'huile végétale*
- *1 sachet (160 mL) de sauce pour sauté Teriyaki VH®*
- *1 c. à soupe (15 mL) de miel liquide*
- *1 c. à soupe (15 mL) de ciboulette fraîche, émincée (facultatif)*

Étapes :

- 1. Combiner le bœuf, la fécule de maïs, le gingembre et l'ail; laisser reposer 10 minutes.*
- 2. Dans un wok ou un poêlon antiadhésif, faire chauffer l'huile à feu vif. Ajouter le bœuf quelques morceaux à la fois. Faire cuire, en remuant, jusqu'à ce qu'il soit doré. Retirer du feu. Répéter l'opération avec les morceaux de bœuf qui restent. Remettre tous les morceaux de bœuf dans le wok.*
- 3. Ajouter la sauce pour sauté Teriyaki VH® et le miel. Réduire le feu et laisser mijoter de 2 à 3 minutes.*
- 4. Garnir de ciboulette émincée et servir avec des nouilles ou du riz.*