

← Poussant  
au soleil



→ Poussant  
dans la  
pénombre  
des boisés



Latin : *Stropharia rugosoannulata*  
Français : Strophaire à anneau rugueux  
Vernaculaire : Strophaire rouge vin

## INGRÉDIENTS

### Sauce

2 c. table de sauce aux huîtres  
1 c. table de sauce soya  
2 c. thé de cassonade  
1 c. thé de fécule de maïs  
2 c. table d'eau

### Plat

4 têtes de bébé bok choy  
2 c. table d'huile d'olive  
250 g de poulet émincé  
2 c. table d'oignons verts hachés  
1 c. table d'ail émincé  
170 g de strophaires rouge vin  
Sel et poivre

## SAUTÉ DE STROPHAIRES ROUGE VIN À LA CHINOISE \*

### PRÉPARATION

1. Dans un bol, préparer la sauce en mélangeant la sauce aux huîtres, la sauce soya et la cassonade. Délayer la fécule de maïs dans l'eau et ensuite l'ajouter au premier mélange.
2. Faire blanchir les têtes de bok choy. Égoutter et mettre en attente.
3. Chauffer l'huile dans une poêle et y faire sauter le poulet. Retirer et mettre en attente.
4. Dans la même poêle, ajouter un peu d'huile si nécessaire, faire revenir les oignons verts et l'ail à feu modéré quelques secondes. Ajouter les champignons et cuire environ 5 minutes.
5. Ajouter le mélange de sauce aux huîtres et cuire en brassant jusqu'à épaississement (environ 1 minute).
6. Rajouter le bok choy et le poulet déjà cuits. Brasser pour réchauffer et bien enrober le tout de sauce.
7. Rectifier l'assaisonnement et servir.



**BON APPÉTIT !**

\* Inspiré d'une recette du site Internet : <http://qu.allrecipes.ca>