Pour 4 personnes 35 min

# nasi goreng

par personne 9 unités ProPoints

| | | | |
|---|---|---|---|
| 160 g de riz long grain sec | 15 | 3 œufs (à 60 g) | 7 |
| 400 ml de bouillon de légumes (2 cc de poudre instantanée) | 0 | 2 cc d'huile végétale | 2 |
| 1 cc de curry en poudre | 0 | Sambal oelek | 0 |
| 1 oignon | 0 | 100 g de petits pois surgelés | 2 |
| 200 g de tomates | 0 | 100 g de crabe, prêt à l'emploi crevettes | 2 |
| 3 poireaux | 0 | Sel | 0 |
| 360 g de filet de poulet, poitrine | 9 | 3 CS de sauce soja | 0 |

*Cuire le riz dans le bouillon* additionné de curry en poudre, en respectant les instructions de l'emballage. Eplucher l'oignon. Laver les tomates et les poireaux. Couper l'oignon et les tomates en dés et émincer les poireaux. Rincer, essuyer et couper le filet de poulet en dés. Battre les œufs.

*Chauffer l'huile dans le wok* et faire revenir l'oignon. Ajouter les dés de poulet. Assaisonner avec 1 CS de sambal oelek et cuire environ 5 minutes. Réserver. Faire sauter les poireaux et les petits pois env. 5 minutes dans le fond de cuisson.

*Ajouter le riz, le crabe* et les dés de poulet. Verser les œufs par-dessus et mélanger jusqu'à ce qu'ils coagulent. Ajouter les tomates et réchauffer brièvement. Relever le Nasi goreng avec le sel, le sambal oelek et la sauce soja.

Pour 5 personnes:

200 gr riz
500 ml bouillon
250 gr tomate
450 ~~gr~~ poulet
4 oeufs
150 petits pois
150 crevettes