

# WOK D'ENDIVES, DE CAROTTES AU BŒUF ET AUX EPICES

Temps de préparation : 15min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personnes :

4 endives

400g de bœuf

10cl de fond de veau

1 pincée de piment d'Espelette

2 cuillères à soupe de sauce soja

1 bouquet de persil plat

1 botte d'oignons frais

1 carotte

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Coupez le bœuf en petits morceaux.

Ciselez les oignons frais, les endives dans le sens de la longueur, le persil. Taillez la carotte en bâtonnets.

Dans un wok ou une poêle bien chaude faites chauffer l'huile et faites-y revenir le bœuf pendant 2 minutes. Salez et le débarrasser.

Faites revenir les oignons dans le wok.

Salez, ajoutez les carottes. Salez.

Ajoutez les endives. Salez

Ajoutez la viande et son jus de cuisson.

Ajoutez le piment puis mélangez.

Ajoutez le fond de veau et faites cuire 5 minutes à feu vif tout en remuant.

Nappez de sauce soja.

Parsemez de persil et servez de suite.