



## Boeuf d'orient

### Ingrédients

- 1 livre de boeuf (en cubes ou lanières)
- 2 cuil. à table d'huile
- 1 oignon haché
- 1/2 cuil. à thé de poudre d'ail
- 1 cuil. à thé de gingembre moulu
- 2 carottes coupées en juliennes
- 1 1/2 tasse de bouquets de brocoli
- 1/2 poivron rouge coupé en lanières
- 2 tasses de bouillon de poulet
- 3 cuil. à table de sauce soya
- 3 cuil. à table de jus d'orange
- 1/3 de tasse de fécule de maïs
- 4 tasses de pâtes cuites (vermicelle) ou de riz cuit

### Préparation

1. Dans une poêle, chauffer l'huile et cuire les morceaux de boeuf environ 2 minutes.
2. Ajouter l'oignon, la poudre d'ail et le gingembre et cuire 2-3 minutes environ.
3. Ajouter ensuite les carottes, le brocoli et le poivron ainsi que le bouillon. Couvrir et laisser cuire à feu moyen 2 min.
4. Mélanger la sauce soya, le jus d'orange et la fécule de maïs et ajouter au mélange et cuire en remuant pour faire épaissir.
5. Servir sur les pâtes cuites ou le riz cuit.

toutes ces recettes et encore plus sur

[www.beauceboeuf.com](http://www.beauceboeuf.com)