



**Jean Caby**  
depuis 1919

## Le Caby-Wok'



Recette pour  
**5**  
personne(s)



Préparation  
**20 min**



Cuisson  
**20 min**

### Ingrédients

- 1 pack de **saucisses knacks Jean Caby**
- 300g de pâtes
- 1 oignon jaune
- 1 gousse d'ail
- 1 courgette moyenne
- 1 poivron rouge
- 2 carottes
- 750 ml de bouillon de légumes
- du sel , du poivre et un peu d'huile d'olive



### CONSEILS DE PRÉPARATION

1. préparer tous les ingrédients :
1. hacher finement l'oignon et l'ail
2. couper le poivron en petits morceaux
3. éplucher la courgette et les carottes et les couper en petits cubes
4. préparer 1 litre de bouillon de légumes
2. dans une grande sauteuse ou idéalement un wok faire chauffer un filet d'huile d'olive.
3. ajouter l'oignon, le poivron et les carottes et laisser cuire à feu vif pendant 4 minutes en remuant sans cesse.
4. ajouter les dés de courgette et l'ail et remuer encore pendant 2 minutes.
5. ajouter les pâtes et mélanger avec le reste de la préparation environ 2 minutes puis verser le bouillon de légumes
6. laisser cuire à feu moyen pendant 10 minutes environ en surveillant la cuisson et en remuant de temps en temps.
7. pendant ce temps, couper les saucisses en petits morceaux et les passer à la poêle pendant 3 minutes en les faisant remuer.
8. lorsque les pâtes ont absorbé tout le bouillon, rectifier l'assaisonnement puis rajouter les morceaux de saucisses et servir bien chaud.

Cette recette plait beaucoup aux enfants comme aux grands et permet de manger des légumes tout en se faisant plaisir. Variez les formes de pâtes ou choisissez des pâtes colorées pour rendre le plat encore plus appétissant.

Jean Caby a dit : *Bon appétit!* 

Retrouvez d'autres idées recettes sur [jeancaby.com](http://jeancaby.com)