



Faits Nutritionnels

Portion Pour 1/12 de la recette

Quantité Par Portion

Calories 280

% Valeur Quotidienne

Lipides Totale 17g **26%**

Lipides Saturée 4g **20%**

Cholestérol 75mg **25%**

Sodium 1960mg **82%**

Glucides Totaux 17g **6%**

Fibre Alimentaire 2g **8%**

Protéine 14g **28%**

Vitamine A % Vitamine C %

Calcium % Fer %



Temps Total
**NOT
AVAILABLE**

Portion
POUR 1/12 DE LA RECETTE

Difficulté
EASY

Rendements
12

INSTRUCTIONS

1. Préparer la soupe avec de l'eau tel indiqué.
2. Faire sauter les crevettes et les champignons dans l'huile environ 5 minutes ou jusqu'à ce que les crevettes soient cuites et les champignons dorés.
3. Incorporer le mélange de crevettes, les tomates et la sauce au piment et à l'ail dans la soupe ; porter à ébullition. Laisser mijoter environ 5 minutes ou jusqu'à ce que les champignons soient tendres. Incorporer le jus de lime, la sauce soja et la sauce de poisson.



Tip

Pour chaque portion, verser 1 1/3 tasse (325 ml) dans un bol ; garnir avec 2 c. à thé (10 ml) de coriandre.