

Fideos de trigo salteados al wok con vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Pimiento rojo: 1 Unidad

Zanahoria: 200 g

Hakusay: 200 g

Fideos de trigo chinos cocidos: 300 g

Lemon grass - vara: 1 Unidad

Chauchas: 100 grs.

Hongos shiitake: 50 g

Pimiento amarillo: 1 Unidad

Pimiento verde: 1 Unidad

Girgolas: 50 g

Cebollín japonés: 100 g

Cebolla: 200 g

Condimentos

Ajinomoto: Una pizca

Sal: A gusto

Aceite de Sésamo: 1 cda.

Salsa de soja: 1 cda.

Pimienta de Sechuán: 1 cdita.

Preparación de la Receta

- Corte el tallo del hakuzay en tiras finas y las hojas en trozos.
- Pele las zanahorias y las cebollas, y corte junto con las chauchas y los hongos, en tiras finas.
- Corte el lemon grass y el cebollín en tiras.
- Corte los morrones, retire la nervadura y corte en tiras.
- En un wok caliente con aceite de oliva, salteé las zanahorias y las chauchas.
- Añada los hongos, morrones, cebollas, el lemon grass, las hojas de hakuzay y el cebollín.
- Incorpore los fideos de trigo, la salsa de soja y los condimentos.
- Por último agregue el aceite de sésamo.

Presentación

- Sirva en platos profundos.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/fideos-de-trigo-salteados-al-wok-con-vegetales>