Vegetales al wok



Tiempo de preparación: 45 Min

Ingredientes

Chauchas en juliana: 100 g
Pimiento morrón rojo en julianas con piel: 100 g
Cebolla en juliana: 100 g
Hongos frescos: 100 g
Brotes de soja: 100 g
Sal: Cantidad necesaria
Salsa de soja: 30 cc
Zanahorias en juliana: 100 g
Pimiento morrón amarillo en juliana: 100 g
Hakusay: 100 g
Berenjena: 1 Unidad
Azucar: 1 Cucharadita
Pimienta: Cantidad necesaria
Aceite de Sésamo: 10 cc

Preparación de la Receta

- Separar las pencas de las hojas del *akusay* y cortar en jualiana por separado
- Reservar.
- Retirar la piel de la *berenjena* con 2 mm de pulpa y cortar en juliana, reservar.
- Calentar un wok con aceite y *saltear* las chauchas y la *zanahoria* por 1 minuto.
- Agregar los morrones, la *cebolla* y la juliana de pencas de *hakusay*
- Cocinar por 2 minutos.
- Añadir los *hongos* fileteados, la juliana de piel de *berenjena* y *saltear* por 1 minuto.
- Incorporar los brotes de soja, el hakusai y *saltear* 30 segundos.
- *Condimentar* con sal, pimienta y salsa de soja por los bordes.
- Terminar con aceite de *sèsamo* y servir.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/vegetales-al-wok