

16 Αυγούστου 2019

Noodles με λαχανικά και σάλτσα

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία



Συστατικά

Για τη σάλτσα:

3κ. σούπας σόγια sauce

1κ. γλυκού σησαμέλαιο

1κ. γλυκού καστανή ζάχαρη

Για τα ζυμαρικά:

170γρ. άβραστα noodles

1κ. σούπας σησαμέλαιο

3 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα (ξεχώρισε τα λευκά από τα πράσινα μέρη)

3φλ. ψιλοκομμένα λαχανικά όπως καρότα, πιπεριές, λάχανο,μανιτάρια, μπρόκολο

1-2κ. σούπας ξύδι ρυζιού

Τρόπος μαγειρέματος

1Για τη σάλτσα:

2Ανακαίνισε όλα τα υλικά της σάλτσας μαζί σε ένα βάζο.

3Για τα ζυμαρικά:

4Βράσε τα ζυμαρικά σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας.

5Ζέστανε το σησαμέλαιο σε ένα μεγάλο γουόκ ή τηγάνι.

6Προσθέστε τα φρέσκα κρεμμυδάκια (τα λευκά μέρη) και τα λαχανικά στο καυτό τηγάνι.

7Σόταρε για 5 λεπτά.

8Πρόσθεσε το ξύδι ρυζιού, τα φρέσκα κρεμμυδάκια (το πράσινο μέρος) και τα noodlesμέσα στο τηγάνι.

9Ακατάτεψε τα όλα μαζί.

10Σέρβιρε σε 4 πιάτα.

Πηγή: tlife.gr