Noodles de Jamie Oliver

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** karmela



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Exótica
Coste: Económico

Descripción:

Receta traducida de Jamie Oliver.

Ingredientes para 4 personas :

- Un trozo del tamaño del pulgar de Jengibre fresco
- 1 diente de Ajo
- 2 cucharadas de Salsa de soja baja en sodio
- 3 cucharadas de Vinagre de arroz
- 3 cucharadas de Aceite de sésamo
- 1 Col china
- 500 g de Brócoli
- 250 g de Fideos chinos al huevo
- 200 g de Tirabeques
- 4 Huevos grandes
- Cs de Aceite de oliva
- Cs de Salsa de chili picante

Preparación:

Paso 1

Pelar el jengibre y el ajo y picarlos finos en un blog ande. Añadir la salsa de soja, el vinagre, el aceite de sésamo y un poquito de pimienta. Mezclar y reservar. Cortar la col en juliana y el broccoli en ramilletes. Cocer unos 3 mintuos en agua hirviendo con sal junto con los fideos; añadir los tirabeques y cocinar 1 minuto más. Escurrir bien y agregar el resultado al bol del jengibre. Mientras tanto freír los huevos con aceite de oliva. Dividir los fideos entre dos boles poner encima un huevo rompiendo un poco la llama y añadir salsa picante si se desea.