FIDEOS DE SOJA CON VERDURAS

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

Creador: Noelia Montoya



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

Descripción:

DELICIOSO

Ingredientes para 4 personas :

- 350 GR. de FIDEOS DE SOJA
- 1 PIEZA de CALABACÍN GRANDE
- 2 PIEZAS de ZANAHORIAS
- 1 PIEZA de CEBOLLA MEDIANA
- 1 PIEZA de PIMIENTO VERDE
- 1 PIZCA de PIMIENTA O CAYENA MOLIDA
- 1 CUCHARITA de AJO EN POLVO
- 1 VASO DE CHUPITO de SALSA DE SOJA
- 3 CUCHARADAS de ACEITE DE OLIVA

Preparación:

Paso 1

POR UN LADO PELAMOS LA CEBOLLA Y LA ZANAHORIA, Y LAVAMOS Y CORTAMOS EN DADOS DE 1 CM LAS VERDURILLAS. EN UNA SARTÉN PONEMOS EL ACEITE Y PONEMOS LA CEBOLLA CON LA ZANAHORIA, A LOS 5 MINUTOS EL PIMIENTO Y EL CALABACÍN Y LO SALTEAMOS. SAZONAMOS CON PIMIENTA CAYENA Y AJO EN POLVO Y TERMINAMOS LA COCCIÓN QUEDANDO TODAVÍA AL DENTE. RESERVAMOS.

Paso 2

EN UNA OLLITA PONEMOS ABUNDANTE AGUA AL FUEGO Y CUANDO ROMPA A HERVIR, APARTAMOS DEL FUEGO Y LE AÑADIMOS LOS FIDEOS DE SOJA Y DEJAMOS REPOSAR ENTRE 4 Y 5 MINUTOS. ESCURRIMOS BIEN LA PASTA Y LA AÑADIMOS A LAS VERDURILLAS. PONEMOS A FUEGO DE NUEVO Y LE VERTEMOS LA SALSA DE SOJA Y SALTEAMOS PARA QUE SE INTEGREN LOS SABORES DURANTE UNOS MINUTOS Y LISTO.