Salteado de espinacas

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

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** Assum



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Vegana
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1/2 kg de espinacas congeladas
- 2 dientes de ajo picados
- 2 cebolletas cortadas muy finas
- 1 cucharada de semillas de sésamo
- 100 ml de salsa de soja
- 1 cucharada de pimentón picante o dulce
- 2 cucharaditas de azúcar
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de aceite de sésamo

Preparación:

Paso 1

Descongelar las espinacas y escurrir su líquido. Tostar las semillas de sésamo en una sartén bien caliente sin engrasar durante unos segundos. Reservar. En un bol introducir el ajo, la cebolleta, el pimentón y mezclar muy bien. Calentar los dos aceites en un Wok o sartén profunda y saltear la mezcla anterior hasta que la cebolleta se ablande. Incorporar las espinacas y remover el conjunto. Añadir la soja y el azúcar. Remover de nuevo y cocinar a fuego lento durante unos cinco minutos. Servir con el sésamo repartido sobre las espinacas.