

Almôndegas chinesas

Tempo total **25 Mins.** 15 Mins. Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confecção

Informação nutricional (por porção)
3.274 kJ / 782 kcal

Gorduras totais: **39,1 g** Proteína: **42,9 g**
Hidratos de carbono: **63,3 g**

INGREDIENTES

2 Porções

100 g de glass noodles (½ pacote)
2 chalotas
15 g de gengibre
0,5 malagueta
3,5 dentes de alho
2,5 colheres de sopa de óleo
1 colher de sopa de cebolinha verde (picada)
400 g de carne de porco e de vaca picada
1 ovo
0,5 colheres de chá de tempero chinês, 5 especiarias
2 colheres de sopa [Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente](#)
4 colheres de sopa [Kikkoman Marinada Teriyaki](#)
1 colher de chá de sementes de sésamo torradas
0,5 colheres de chá de flocos de malagueta
2 colheres de sopa de coentros
100 g de arroz jasmim cozido

PREPARAÇÃO

Passo 1

100 g de glass noodles (½ pacote)

Cozinhe os glass noodles de acordo com as instruções da embalagem, depois passe-os por água fria e corte-os em pedaços mais pequenos com uma tesoura. Coloque-os numa tigela.

Passo 2

2 chalotas - **15 g** de gengibre - **0,5** malagueta - **3,5** dentes de alho - **2,5 colheres de sopa** de óleo - **1 colher de sopa** de cebolinha verde (picada)
Pique bem as chalotas, o gengibre, a malagueta e o alho. Coloque o óleo numa frigideira, adicione os legumes picados (incluindo a cebolinha verde), salteie durante cerca de 1 minuto e adicione aos noodles.

Passo 3

400 g de carne de porco e de vaca picada - **1** ovo - **0,5 colheres de chá** de tempero chinês, 5 especiarias
Adicione a carne picada, o ovo e as restantes especiarias e ervas aromáticas à tigela com os noodles e os legumes. Misture bem. Molde a mistura de carne em bolas com cerca de 3-4 cm de diâmetro.

Passo 4

2 colheres de sopa [Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente](#) - **2 colheres de sopa** [Kikkoman Marinada Teriyaki](#) - **1 colher de chá** de sementes de sésamo torradas - **0,5 colheres de chá** de flocos de malagueta - **2 colheres de sopa** de coentros - **100 g** de arroz jasmim cozido
Frite as almôndegas moldadas numa frigideira

aquecida até ficarem douradas. De seguida, adicione o molho de soja Kikkoman e a marinada teriyaki Kikkoman. Misture bem. Coloque o preparado numa tigela, polvilhe com sementes de sésamo e flocos de malagueta e decore com coentros picados. Sirva com arroz jasmim cozinhado.