

Bife teriyaki salteado

Tempo total **55 Mins.** 25 Mins. Tempo de preparação **30 Mins.** Tempo de confeção

INGREDIENTES

10 Porções

Para o bife salteado:

1,2 kg	de carne de vaca (por exemplo, bife de flanco)
80 g	de malagueta suave, cortada em fatias finas
700 ml	<u>Kikkoman Molho Wok - Teriyaki</u>
150 ml	de óleo de colza
15 g	de alho, bem picado
30 g	de gengibre, bem picado
800 g	de cebolas brancas, cortadas em fatias
600 g	de cogumelos shiitake, sem os talos, limpos e cortados em tiras

E ainda:

400 g	de arroz basmati
50 g	de cebolinhas, cortadas em tiras na diagonal
10 g	de sementes de sésamo

PREPARAÇÃO

Passo 1

Corte a carne de vaca em pedaços pequenos (cerca de 1 x 3 x 1 cm). Misture bem numa tigela com a malagueta e metade do molho Wok Kikkoman - Teriyaki. Reserve.

Passo 2

Prepare o arroz de acordo com as instruções da embalagem.

Passo 3

Aqueça metade do óleo num wok ou numa frigideira em lume forte e aloure a carne de todos os lados, em várias doses, depois retire do wok.

Passo 4

Aqueça o restante óleo no mesmo wok em lume médio. Adicione as cebolas e os cogumelos e frite durante 3-4 minutos até as cebolas ficarem translúcidas. Adicione o alho e o gengibre e deixe fritar brevemente. Adicione a carne de vaca e o resto do molho Wok Kikkoman - Teriyaki e deixe cozinhar em lume brando durante mais 2-3 minutos.

Passo 5

Sirva o arroz com a carne de vaca shiitake salteada e cubra com as cebolinhas e as sementes de sésamo.