

Salada de noodles soba com molho tahini

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

Informação nutricional (por porção)

1.630 kJ / 390 kcal

Gorduras totais: **14 g** Proteína: **12 g**

Hidratos de carbono: **50 g**

INGREDIENTES

2 Porções

200 g	de noodles soba
80 g	de cenoura
100 g	de pepino
100 g	de pimento vermelho
0,5	cebola roxa
30 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>
10 ml	de vinagre de arroz
10 ml	de xarope de ácer ou mel
10 g	de tahini
120 g	de tomates cherry (vermelhos e amarelos)
	Alguns coentros para decorar

PREPARAÇÃO

Passo 1

200 g de noodles soba - **80 g** de cenoura - **100 g** de pepino - **100 g** de pimento vermelho - **0,5** cebola roxa

Cozinhe os noodles soba de acordo com as instruções da embalagem, depois passe-os por água fria e escorra-os. Descasque a cenoura e corte-a juntamente com o pepino e o pimento vermelho em palitos finos (com cerca de 5 cm de comprimento). Corte a cebola em fatias finas.

Passo 2

30 ml Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **10 ml** de vinagre de arroz - **10 ml** de xarope de ácer ou mel - **10 g** de tahini
Misture todos os ingredientes para fazer o molho.

Passo 3

120 g de tomates cherry (vermelhos e amarelos) - Alguns coentros para decorar
Corte os tomates cherry ao meio. Misture os noodles com os legumes do passo 1, adicione os tomates, regue com o molho e misture delicadamente. Decore com os coentros.