

Camarão e vegetais salteados com massa de arroz

Tempo total **30 Mins.** 20 Mins. Tempo de preparação 10 Mins. Tempo de confecção

Informação nutricional (por porção)
2.336 kJ / 554 kcal

Gorduras totais: **32 g** Proteína: **30,7 g**
Hidratos de carbono: **34,2 g**

INGREDIENTES

2 Porções

12	camarões prontos a cozinhar
50 g	de cenoura às tiras
50 g	de curgete às tiras
1	dente de alho finamente cortado
15 g	de gengibre fresco finamente cortado
200 g	de massa ramen
5 colheres de sopa	de óleo para fritar
2 colheres de sopa	de sumo de limão
2 colheres de sopa	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>
1 colher de sopa	<u>Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado</u>
Para a cobertura:	
	Casca ralada de meio limão biológico
2	cebolinhas finamente cortadas
3	pés de coentros

PREPARAÇÃO

Passo 1

Aqueça 1 colher de sopa de óleo no wok, junte a cenoura e salteie. 1 minuto depois, junte a curgete, salteie e retire ambas.

Passo 2

Junte os camarões com uma colher de sopa de óleo à restante gordura dos vegetais, frite durante 3 minutos e retire.

Passo 3

Salteie o gengibre e o alho no óleo quente restante no wok. Volte a juntar os vegetais e os camarões e deixe fritar brevemente.

Passo 4

Junte sumo de limão, molho de soja Kikkoman e óleo de sésamo Kikkoman, adicione a massa cozida e deixe aquecer brevemente.

Passo 5

Decore o prato com raspas de limão, cebolinhas e coentros e sirva.