

Pien Lo, hot pot chinês

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

Informação nutricional (por porção)
2.425 kJ / 580 kcal

Gorduras totais: **42 g** Proteína: **25 g**
Hidratos de carbono: **31 g**

INGREDIENTES

4 Porções

4	cogumelos shiitake secos
1 litro	de água
800 g	de couve chinesa
400 g	de entremeada de porco (fatias finas)
400 g	de tofu firme (1 bloco)
1	cenoura
1 colher de sopa	<u>Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)</u>
100 g	de noodles glass
4 colheres de sopa	<u>Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado</u> Sal, a gosto

PREPARAÇÃO

Passo 1

4 cogumelos shiitake secos - **1 litro** de água - **400 g** de tofu firme (1 bloco) - **1** cenoura - **100 g** de noodles glass

Passe por água os cogumelos shiitake secos. Demolhe-os na água até amolecerem, depois retire-os e corte em fatias finas. Reserve a água da demolha para o caldo. Corte o tofu firme em cubos pequenos. Corte a cenoura em tiras finas com um descascador de legumes. Demolhe os noodles de glass em água até amolecerem.

Passo 2

800 g de couve chinesa - **400 g** de entremeada de porco

Separe a couve chinesa em folhas soltas e escale em água a ferver durante 1 minuto. Escorra e deixe arrefecer. Estenda as folhas de couve escaldadas e coloque a entremeada de porco fatiada por cima. Enrole a couve e a carne de forma apertada, começando pela base. Corte os rolos em rodela grossas e disponha-os na vertical numa panela grande.

Passo 3

1 colher de sopa Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja) - **4 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - Sal, a gosto

Junte à panela o tofu, a cenoura em tiras e os cogumelos shiitake fatiados do Passo 1. Misture a água da demolha do shiitake reservada do Passo 1 com a Base para Sopa Ramen Kikkoman e adicione-a à panela. Leve a ferver e deixe apurar até a couve chinesa ficar tenra e a carne bem cozida. Divida o

Óleo de Sésamo Kikkoman por taças individuais, junte sal a gosto e misture bem. Mergulhe os ingredientes cozidos no molho.

Passo 4

Termine com noodles de glass:
Junte os noodles glass do Passo 1 ao restante caldo e coza até ficarem tenros antes de servir.