KIKKOMAN

Ramen de batata-doce com cogumelos ostra

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

Informação nutricional (por porção)
1.682 kJ / 403 kcal

Gorduras totais: **13 g** Proteína: **7 g**
Hidratos de carbono: **64,2 g**

INGREDIENTES

2 Porções

350 g	de batata-doce
120 g	de pastinaca (ou raiz de salsa ou aipo-rábano)
1	chalota
1	dente de alho
1 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
300 ml	de bebida de arroz ou bebida de aveia
300 ml	de água
2,5 colheres de sopa	Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)

Cogumelos:

80 g	de cogumelos ostra
1 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
0,25 colheres de chá	Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
1 colheres de chá	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
	Pimenta moída na hora a gosto
0,25 punhado	de salsa

E ainda:

2 colheres de chá	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
	Pimenta a gosto
3 pitada	de noz-moscada em pó

PREPARAÇÃO

Passo 1

350 g de batata-doce - **120 g** de pastinaca (ou raiz de salsa ou aipo-rábano) - **1** chalota - **1** dente de alho - **1 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
Corte as batatas-doces e as pastinacas em cubos. Descasque e pique bem a chalota e o alho. Aqueça o Óleo de Sésamo Kikkoman numa caçarola e refogue suavemente a chalota e o alho com as batatas-doces e as pastinacas.

Passo 2

300 ml de bebida de arroz ou bebida de aveia - **300 ml** de água - **2,5 colheres de sopa** Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
Adicione o arroz ou a bebida de aveia e a água, junte a Base para Sopa Ramen Kikkoman, deixe ferver e cozinhe com a tampa durante cerca de 15 minutos.

Passo 3

80 g de cogumelos ostra - **1 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - **0,25 colheres de chá** Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja) - **1 colheres de chá** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - Pimenta moída na hora a gosto - **0,25 punhado** ramo de salsa
Corte os cogumelos em tiras. Aqueça o Óleo de Sésamo Kikkoman numa frigideira e frite os cogumelos durante 3 minutos até ficarem dourados. Tempere com a Base para Sopa Ramen Kikkoman, o Ponzu de Limão Kikkoman e a pimenta. Pique bem a salsa.

Flocos de malagueta

Passo 4

2 colheres de chá Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - Pimenta a gosto - **3 pitada** de noz-moscada em pó - Flocos de malagueta

Triture a sopa com a varinha mágica e tempere com o Kikkoman Ponzu de limão, pimenta e noz-moscada. Sirva em tigelas ou chávenas, cubra com os cogumelos, salsa e flocos de malagueta e sirva.