

# Ramen de batata-doce com cogumelos ostra

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

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 colher 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 colher 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 colher 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 colher 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 colher 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 colher 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.