KIKKOMAN

Sopa chinesa sanratan / suan la tang

Tempo total **20 Mins.** **10 Mins.** Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)
1.274 kJ / 306 kcal

Gorduras totais: **14,5 g** Proteína: **16,6 g**
Hidratos de carbono: **30,4 g**

INGREDIENTES

2 Porções

1	dente de alho
1	malagueta vermelha pequena
1 cm	de gengibre
1	cenoura
250 g	de cogumelos shiitake (ou cogumelos champignon)
4	cebolinhas
1 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
700 ml	de água
2 colheres de sopa	Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
1	ovo
100 g	de tofu
1 colheres de sopa	de fécula de batata
2 colheres de sopa	de água fria
1 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
1 colheres de sopa	Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml)
1 colheres de chá	de mel líquido
1 colheres de sopa	de sementes de sésamo tostadas

PREPARAÇÃO

Passo 1

1 dente de alho - **1** malagueta vermelha pequena - **1 cm** de gengibre
Pique bem o alho e a malagueta, rale o gengibre e misture tudo.

Passo 2

1 cenoura - **250 g** de cogumelos shiitake (ou cogumelos champignon) - **4** cebolinhas - **1 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
Corte a cenoura em tiras finas, pique os cogumelos e corte as cebolinhas em rodelas finas (reserve 1 colher de sopa para decorar). Aqueça o Óleo de Sésamo Kikkoman numa caçarola e frite durante cerca de 4 minutos até dourar ligeiramente. Junte a mistura de malagueta e frite durante mais 1 minuto.

Passo 3

700 ml de água - **2 colheres de sopa** Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
Adicione a água e a Base de Sopa Ramen Kikkoman, leve a ferver, depois baixe o lume e cozinhe durante cerca de 5 minutos.

Passo 4

1 ovo
Bata bem o ovo e, em seguida, adicione-o lentamente à sopa quente, mexendo constantemente.

Passo 5

100 g de tofu - **1 colheres de sopa** de fécula de

batata - **2 colheres de sopa** de água fria - **1 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **2 colheres de sopa** Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml) - **1 colheres de chá** de mel líquido - **1 colheres de sopa** de sementes de sésamo tostadas
Corte o tofu em cubos de 2 x 2 cm. Misture a fécula de batata com a água, junte à sopa e deixe ferver rapidamente. Tempere com o Molho de Soja Kikkoman, o Tempero para Arroz de Sushi Kikkoman e o mel. Adicione o tofu e aqueça rapidamente. Sirva em tigelas de sopa, decore com as cebolinhas reservadas do Passo 2 e as sementes de sésamo tostadas e sirva.