

Sopa de couve e kimchi com ovo escalfado

Tempo total **30 Mins.** **5 Mins.** Tempo de preparação **25 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)

1.630 kJ / 390 kcal

Gorduras totais: **21 g** Proteína: **16 g**

Hidratos de carbono: **32 g**

INGREDIENTES

2 Porções

200 g de couve, ralada
70 g de kimchi, picado
600 ml de caldo de legumes
2 colheres de óleo
de sopa
2 colheres Kikkoman Molho de Chili
de sopa Condimentado Kimchi
2 colheres Kikkoman Molho de Soja
de sopa Fermentado
Naturalmente
2 ovos
150 g de noodles de ovo
cozidos
5 g de endro fresco picado
2 colheres de sopa de natas azedas

PREPARAÇÃO

Passo 1

200 g de couve, ralada - **70 g** de kimchi, picado - **600 ml** de caldo de legumes - **2 colheres de sopa** de óleo - **2 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Chili Condimentado Kimchi **2 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado

Naturalmente

Aqueça o óleo numa panela grande em lume médio. Adicione a couve ralada e o kimchi picado. Frite durante 5-7 minutos até a couve murchar e ficar ligeiramente caramelizada. Quando a couve e o kimchi estiverem bem fritos, deite o caldo de legumes, o molho Kikkoman Kimchi Chili e o molho de soja Kikkoman. Leve a sopa a lume brando e cozinhe durante mais 10-15 minutos para permitir que os sabores se misturem.

Passo 2

2 ovos - **150 g** de noodles de ovo cozidos - **5 g** de endro fresco picado - **2 colheres de sopa** de sopa de natas azedas

Parta cada ovo para uma chávena pequena ou para um ramequim. Com uma colher, crie um remoinho na sopa a ferver e faça deslizar suavemente os ovos para o centro. Cozinhe durante 3-4 minutos para garantir gemas perfeitamente escorridas. Verta a sopa sobre os noodles de ovos e decore a sopa com o endro fresco picado e as natas azedas.