

Yum Woon Sen: salada tailandesa de noodles de vidro

Tempo total **30 min Mins.** **20 Mins.** Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)

1.161 kJ / 277 kcal

Gorduras totais: **10,8 g** Proteína: **12,8 g**

Hidratos de carbono: **32,6 g**

INGREDIENTES

2 Porções

100 g	de frango ou porco, picado
50 g	de noodles de vidro de feijão-mungo
60 g	de cebola roxa
60 g	de aipo
60 g	de cogumelos
6	tomates cherry
3	raminhos de coentros
0,25	de malagueta
4 colheres de sopa	<u>Kikkoman Molho de Soja</u>
3 colheres de sopa	<u>Ponzu Limão</u>
3 colheres de sopa	de molho de peixe
1 litro	de água

PREPARAÇÃO

Passo 1

50 g de noodles de vidro de feijão-mungo - **60 g** de cebola roxa - **60 g** de aipo - **60 g** de cogumelos - **6** tomates cherry - **3** raminhos de coentros - **0,25** de malagueta

Deixe os noodles de vidro a demolhar em água morna até amolecerem. Corte a cebola roxa em fatias de 3 mm. Retire os fios do aipo e corte-o na diagonal em pedaços de 3 mm. Corte os cogumelos em pedaços pequenos. Corte os tomates cherry ao meio, no sentido horizontal. Pique grosseiramente os coentros. Corte a malagueta em rodela finas.

Passo 2

4 colheres de sopa Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **3 colheres de sopa** de molho de peixe
Numa taça grande, misture o Kikkoman Ponzu Limão e o molho de peixe. Adicione a malagueta em rodela do Passo 1 e envolva bem. Reserve.

Passo 3

1 litro de água - **100 g** de frango ou porco, picado
Leve a água ao lume até ferver. Adicione a carne picada e cozinhe-a, separando-a com uma colher ou espátula. Assim que estiver bem cozinhada, escorra a carne e junte-a de imediato ao molho do Passo 2. Retire com uma escumadeira a espuma que se formar na água da cozedura, para que os noodles demolhados do Passo 1 possam absorver o sabor da carne. Use a mesma água para cozer os noodles de vidro durante 4 min. Adicione os cogumelos (do Passo 1) 1 min antes de os noodles estarem prontos. Adicione a cebola roxa em fatias (do Passo 1) 15 segundos antes de escorrer, para a

escaldar brevemente. Escorra tudo bem.

Passo 4

Junte os noodles, os cogumelos e a cebola à taça com a carne e o molho enquanto os ingredientes ainda estiverem quentes. Adicione o aipo e os tomates cherry do Passo 1 e envolva bem. Deixe repousar durante 30 min para apurar os sabores ou sirva de imediato, se preferir. Transfira para um prato de servir e polvilhe com os coentros picados do Passo 1.