

# Kasvis-nuudeliwokki ja maapähkinäkastike

kokonaisaika **20 min** 15 min esivalmistelut 5 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):  
**2.192 kJ / 523,5 kcal**

Rasva: **19,5 g** Proteiini: **14,9 g**  
Hiilihydraatit: **68,2 g**

## AINEKSET

2 annosta

|                |                                                             |
|----------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>150 g</b>   | ramen-pikanuudeleita                                        |
| <b>100 g</b>   | pak-choita<br>(pinaattikiinankaalia)                        |
| <b>1</b>       | sipuli                                                      |
| <b>0,5</b>     | porkkana                                                    |
| <b>30 g</b>    | kuorittuja edamame-<br>papuja                               |
| <b>1</b>       | valkosipulinkynsi                                           |
| <b>1 rkl</b>   | maapähkinävoita                                             |
| <b>2 tl</b>    | <u>Kikkoman paahdettu<br/>seesamiöljy</u>                   |
| <b>2 tl</b>    | <u>Kikkoman luonnollisesti<br/>valmistettu soijakastike</u> |
| <b>1 tl</b>    | misotahnaa                                                  |
| <b>0,25 tl</b> | chilijauhetta                                               |
| <b>1 rkl</b>   | sitruunamehua                                               |
| <b>1 tl</b>    | sokeria                                                     |
| <b>60 ml</b>   | vettä                                                       |
|                | kevätsipulia koristeluun                                    |
| <b>2 rkl</b>   | maapähkinöitä                                               |

## VALMISTUS

### Vaihe 1

**150 g** ramen-pikanuudeleita - **100 g** pak-choita  
(pinaattikiinankaalia) - **1** sipuli - **0,5** porkkana - **30 g** kuorittuja edamame-papuja - **1** valkosipulinkynsi  
- **1 tl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy  
Keitä nuudelit paketin ohjeiden mukaan.  
Paloittele vihannekset ja paista niitä Kikkomanin  
seesamiöljyssä 2 minuuttia sekoittaen usein.

### Vaihe 2

**1 rkl** maapähkinävoita - **1 tl** Kikkoman paahdettu  
seesamiöljy - **2 tl** Kikkoman luonnollisesti  
valmistettu soijakastike - **1 tl** misotahnaa - **0,25 tl**  
chilijauhetta - **1 rkl** sitruunamehua - **1 tl** sokeria -  
**60 ml** vettä  
Sekoita kaikki ainekset kulhossa. Lisää seos sekä  
keitetyt nuudelit pannulle kasvisten joukkoon.  
Sekoita.

### Vaihe 3

**1** kevätsipulia koristeluun - **2 rkl** maapähkinöitä  
Pilko maapähkinät ja silppua kevätsipuli. Laita  
nuudeliseos eväsrasioihin ja ripottele päälle  
kevätsipuli ja maapähkinät.