KIKKOMAN

Paistetut pinaattikiinankaali-nuudelit soijakastikkeessa

kokonaisaika **30 min** **30 min** esivalmistelut

Ravintosisältö (per annos):
2.209 kJ / 527 kcal

Rasva: **14,3 g** Proteiini: **17,9 g**
Hiilihydraatit: **76,7 g**

AINEKSET

4 annosta

75 g	cashewpähkinöitä
250 g	ramen-nuudeleita
3	kevätsipulia
3	valkosipulinkynttä
1	punainen paprika
100 g	herkkusieniä
4	pientä pinaattikiinankaalia
2,5 rkl	kasviöljyä
1 rkl	raastettua inkivääriä
75 ml	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
2 rkl	chili chilikastiketta sauce
2 rkl	riisietikkaa
1 rkl	Kikkoman paahdettu seesamiöljy
	muutama korianterin lehti

VALMISTUS

Vaihe 1

Paahda pähkinät pannulla ilman rasvaa ja nosta sivuun odottamaan. Valmista nuudelit pakkauksen ohjeen mukaan. Poista kevätsipuleista kannat ja huonot varsiosat, huuhdo ja leikkaa renkaiksi. Kuori ja purista valkosipulinkynsi. Halkaise paprikat, poista siemenet ja kannat, huuhdo vedellä ja leikkaa suikaleiksi. Puhdista sienet ja leikkaa ohuiksi siivuiksi. Leikkaa pinaattikiinankaalit neljään osaan ja huuhdo vedellä.

Vaihe 2

Kuumenna kasviöljy pannulla ja paista kevätsipuleita, valkosipulia ja inkivääriä hetki öljyssä. Lisää joukkoon paprika, sienet ja pinaattikiinankaali ja paista kauttaaltaan. Sekoita nuudelit varovasti joukkoon ja paista hetki.

Vaihe 3

Sekoita soijakastike, chilikastike, etikka ja seesamiöljy keskenään, kaada seos kasvisten joukkoon ja paista vielä muutama minuutti. Ripottele paistettujen nuudeleiden päälle pähkinöitä ja korianterin lehtiä ja tarjoa.