

Jättikatkarapu-kasvis-nuudeliwokki

kokonaisaika **30 min** 20 min esivalmistelut 10 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
2.336 kJ / 554 kcal

Rasva: **32 g** Proteiini: **30,7 g**
Hiilihydraatit: **34,2 g**

AINEKSET

2 annosta

- 12** valmiiksi kuorittua
- 50 g** raakaa jättikatkarapua
- 50 g** porkkanaa suikaloituna
- 50 g** kesäkurpitsaa
- 1** suikaloituna
- 1** valkosipulinkynsi
- 15 g** hienonnettuna
- 15 g** tuoretta inkivääriä
- 15 g** hienonnettuna
- 200 g** rāmen-nuudeleita
- 5 rkl** öljyä paistamiseen
- 2 rkl** sitruunan mehua
- 2 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
- 1 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy
- Päälle:**
- 2** Puolikkaan
- 2** luomusitruunan
- 2** raastettu kuori
- 2** kevätspulia ohuesti
- 2** viipaloituna
- 3** korianterin vartta ilman lehtiä

VALMISTUS

Vaihe 1

Kuumenna 1 rkl öljyä wokkipannussa, lisää porkkana ja kuullota minuutin ajan. Lisää kesäkurpitsa ja kuullota. Poista kasvikset pannulta.

Vaihe 2

Lisää jättikatkaravut ja 1 rkl öljyä pannussa olevaan kasviraasaan, paista noin 3 minuuttia ja poista pannulta.

Vaihe 3

Kuumenna loput öljystä ja kuullota inkivääriä ja valkosipulia. Lisää kasvikset ja jättikatkaravut takaisin pannulle ja paista hetki.

Vaihe 4

Lisää sitruunan mehu, Kikkomanin soijakastike ja Kikkomanin seesamiöljy, kääntelee keitetyt nuudelit joukkoon ja kuumenna hetki.

Vaihe 5

Koristele sitruunan kuoriraasteella, kevätspulilla ja korianterilla ja tarjoile.