KIKKOMAN

Japanilainen kasvisramen

kokonaisaika **25 min** **10 min** esivalmistelut **15 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
2.369 kJ / 567 kcal

Rasva: **18,9 g** Proteiini: **26,2 g**
Hiilihydraatit: **70,8 g**

AINEKSET

2 annosta

200 g	tofua
300 ml	auringonkukkaöljyä
0,25	porkkana
160 g	paksoita (pinaattikiinankaali)
100 g	purjoa
4 pala	vihreää papua
200 g	ramen-nuudeleita

Ramen-liemeen

60 ml	Kikkoman Ramen Nuudeli keittopohjatiiviste - Shoyun (Soijakastike) Makuinen
540 ml	vettä

Siitake-sienten mausteseos

2 pala	siitakesieniä
25 ml	Kikkoman Ramen Nuudeli keittopohjatiiviste - Shoyun (Soijakastike) Makuinen
150 ml	vettä

VALMISTUS

Vaihe 1

Kuivaa tofu talouspaperin avulla. Laita se mikroon (700w) kahdeksi minuutiksi, ja paista sitten öljyssä 10 minuutin ajan.

Vaihe 2

Kiehauta siitakesienten mausteseos ja keitä 7 minuuttia.

Vaihe 3

Paloittele porkkana, purjo ja paksoi. Keitä nämä sekä pavut kukin erikseen, kunnes ne ovat pehmenneet.

Vaihe 4

Valmista nuudelit pakkauksen ohjeen mukaan.

Vaihe 5

Kiehauta kattilassa n. 540 ml vettä ja sekoita joukkoon 60 ml Kikkomanin Ramen-liemipohjaa.

Vaihe 6

Annostele keitto kahteen kulhoon. Valuta nuudelit hyvin ja lisää ne keittoon.

Vaihe 7

Lisää keittoon keitetyt siitakesienet sekä kasvikset ja koristele tofulla.