



Noodles de orez cu legume

Steps: 8

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

1 cățel	de usturoi	1	ceapă mică
300 g	amestec de legume chinezești pentru wok	2	cepe verzi
1 lingură	ghimbir ras	300 g	tăiței de orez
2	ouă	1 linguriță	zahăr brun
2 linguri	sos de soia	1 lingura	sos de stridii
2 linguri	semințe de susan	1 lingură	ulei de susan
2 linguri	ulei de măsline		

Instructions

Începe prin a-ți alege cele mai bune ingrediente de care ai nevoie pentru această rețetă noodles de orez cu legume. Ia-ti cardul Selgros și profită de toate avantajele magazinului de unde își fac cumpărăturile profesioniștii și pasionații de bunătațuri.

Pasul 1. Pune tăiței într-un castron cu apă clocotită, pentru a se hidrata, timp de câteva minute, apoi scurge-i.

Pasul 2. Sparge ouăle într-un castron și bate-le cu o furculiță. Toacă ceapa și usturoiul.

Pasul 3. Într-un wok, pune uleiul de măsline și căleşte usturoiul, ceapa tocată și ghimbirul, timp de 2 minute.

Pasul 4. Adaugă legumele și lasă-le la gătit 7-8 minute.

Pasul 5. Pune o tigaie pe foc, toarnă uleiul și ouăle și gătește-le scurt, ca pentru omletă.

Pasul 6. Adaugă-le la legume, pune și tăiței și amestecă rapid.

Pasul 7. Adaugă zahărul brun și sosurile și mai gătește preparatul timp de 2 minute.

Pasul 8. Ia wok-ul de pe foc, presară semințele de susan și ceapa verde tocată.

Servește imediat.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie:

Noodles de orez cu legume

Stand 04.12.2023