

Udon spicy saltati alla salsiccia e funghi con salsa di soia, peperoncino e arachidi

25 minuti • Piccante

1



Aglio



Carota



Salsa di Soia



Arachidi



Funghi Champignon



Peperoncino Tritato



Mirin



Udon Noodles



Salsiccia di maiale



Prezzemolo



Olio di sesamo



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Carota**	1 pezzo	2 pezzi
Salsa di Soia 11 13	1 pacchetto	2 pacchetti
Arachidi 1	1 pacchetto	2 pacchetti
Funghi Champignon**	125 g	250 g
Peperoncino Tritato 	1 pacchetto	1 pacchetto
Mirin	1 pacchetto	2 pacchetti
Udon Noodles 13	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsiccia di maiale**	1 pacchetto	1 pacchetto
Prezzemolo**	5 g	5 g
Olio di sesamo 3	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	453 g	100 g	573 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2705 kJ/ 646 kcal	598 kJ/ 143 kcal	3583 kJ/ 856 kcal	626 kJ/ 150 kcal
Grassi (g)	26 g	6 g	40 g	7 g
Grassi saturi (g)	8 g	2 g	14 g	3 g
Carboidrati (g)	65 g	15 g	66 g	12 g
Zuccheri (g)	15 g	3 g	16 g	3 g
Fibre (g)	7 g	2 g	7 g	1 g
Proteine (g)	37 g	8 g	57 g	10 g
Sale (g)	6 g	1 g	9 g	1 g

Allergeni

1) Arachidi **3)** Semi di sesamo **11)** Soia **13)** Cereali contenenti glutine

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



 Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito helloworldfresh.it



Preparare gli ingredienti

- Sbucciate e tritate finemente l'**aglio** (o tagliatelo a metà per un sapore più delicato).
- Pelate la **carota** e riducetela a bastoncini sottili.
- Portate una padella su fuoco medio con un filo d'**olio** e rosolate l'**aglio** e la **carota** per 2 minuti.
- Pulite i **funghi** da eventuali residui di terra e tagliateli a fette sottili.



Lessare i noodles

TIP: passare i noodles sotto acqua fredda è utile per fermare la cottura velocemente e per non farli attaccare.

- Nel frattempo, portate a bollire una pentola d'**acqua** salata e lessate i **noodles** per 2 minuti. In alternativa potete immergerli in una ciotola con acqua fredda per 5 minuti circa, finché si separano.
- Scolateli, sciacquateli sotto acqua corrente fredda, trasferiteli nella padella con il sugo e fate saltare a fuoco alto per 1 minuto, mescolando bene per amalgamare gli ingredienti.
- Tritate grossolanamente le **arachidi**.
- Tritate finemente il **prezzemolo**.



Cuocere la salsiccia

TIP: la carne sarà cotta quando non sarà più rosa.

- Incidete la salsiccia, eliminate la pelle e riducetela a tocchetti.
- Unitela in padella insieme ai **funghi** e sfumate con la **salsa di soia**, l'**olio di sesamo** e il **mirin**.
- Condite con un pizzico di **peperoncino** a piacere (oppure omettetelo se non gradite il piccante, la ricetta sarà comunque deliziosa).
- Coprite con il coperchio e proseguite la cottura per 7-8 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Se il sugo dovesse risultare troppo asciutto, bagnate con 1-2 cucchiaini d'**acqua**.



Disporre nei piatti

- Disponete i **noodles** in piatti fondi o ciotole.
- Guarnite con le **arachidi** e il **prezzemolo**.

Buon Appetito!