



# Noodles agrodolci alle zucchine e peperoni con salsa sriracha e semi di sesamo

25 minuti • Piccante

20



Udon Noodles



Sriracha



Salsa di Soia



Zucchini



Peperone



Semi Di Sesamo



Salsa agrodolce



Com'è andata la tua consegna?  
Scannerizza il QR code  
e faccelo sapere!

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Udon Noodles <b>13)</b>	2 pacchetti	4 pacchetti
Sriracha 🌶️	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa di Soia <b>11) 13)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Zucchini	1 pezzo	2 pezzi
Peperone	1 pezzo	2 pezzi
Semi Di Sesamo <b>3)</b>	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa agrodolce	1 pacchetto	2 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>404 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	1468 kJ/ 351 kcal	363 kJ/ 87 kcal
Grassi (g)	4 g	1 g
Grassi saturi (g)	1 g	0.1 g
Carboidrati (g)	63 g	16 g
Zuccheri (g)	17 g	4 g
Fibre (g)	4 g	1 g
Proteine (g)	12 g	3 g
Sale (g)	4 g	1 g

## Allergeni

**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 [hellofresh.it](https://hellofresh.it)

1



## Preparare le verdure

- Tagliate la **zucchini** a rondelli sottili.
- Tagliate il peperone a listerelle di circa 1 cm.
- Scaldate 3 cucchiaini d'**olio** a fuoco medio-alto in una ampia padella antiaderente. Unite le **verdure**, 200 ml di **acqua** (circa un bicchiere) ogni 2 persone, un pizzico di **sale**, coprite con un coperchio e cuocete per circa 10-12 minuti, o finché le verdure saranno tenere.

3



## Unire i noodles

- Trasferite i **noodles** nella padella con le **verdure**, unite la **salsa agrodolce**, la **salsa di soia** e mescolate per amalgamare gli ingredienti.

2



## Lessare i noodles

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

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata.
- Tuffate i **noodles** e lessateli per 2 minuti, scolateli e sciacquateli sotto acqua corrente fredda.

4



## Disporre nei piatti

**TIP: omettete la sriracha se non gradite il piccante, la ricetta sarà comunque deliziosa.**

- Disponete i **noodles** nei piatti.
- Guarnite con i **semi di sesamo** e qualche goccia di **salsa sriracha**.

Buon Appetito!