



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

25 minuti • Piccante

20



Udon Noodles



Sriracha



Salsa di Soia



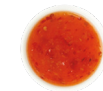
Zucchina



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 13)	2 pacchetti	4 pacchetti
Sriracha 🌶️	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa di Soia 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Zucchini	1 pezzo	2 pezzi
Peperone	1 pezzo	2 pezzi
Semi Di Sesamo 3)	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa agrodolce	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	404 g	100 g
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

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!