KIKKOMAN

Teriyaki tojásos tészta marhahússal és edamame babbal

Teljes idő **25 perc.** **10 perc.** előkészítési idő **15 perc.** főzési idő

Tápértékek (adagonként):
1.945 kJ / 464 kcal

HOZZÁVALÓK

4 Adagok

350 g	marha hátszín vagy bélszín
6 ek.	Kikkoman Teriyaki wok szósz pirított fokhagymával
2 ek.	földimogyoró-olaj
1	vöröshagyma, vékonyan felszeletelve
1	piros paprika, csíkokra vágva
200 g	fagyasztott edamame bab, felolvasztva
275 g	friss tojásos tészta

ELKÉSZÍTÉS

Lépések 1

A húst a rostokra merőlegesen vékony csíkokra vágjuk.

Lépések 2

Egy tálban összeforgatjuk a húst a teriyaki wok szósszal, lefedjük, és hűtőben pácoljuk.

Lépések 3

A wokban 1 ek olajat hevítünk, majd magas hőfokon 3 percig pirítjuk a hagymát és a paprikát.

Lépések 4

Hozzáadjuk az edamame babot, további 1 percig pirítjuk, majd félretesszük.

Lépések 5

A maradék olajat a wokba öntjük, és a húst 3–4 perc alatt gyorsan átsütjük.

Lépések 6

Hozzáadjuk a tésztát, a zöldségeket és a maradék szószt, majd 5 percig együtt pirítjuk, amíg forró nem lesz. Azonnal tálaljuk.