

Fideos udon con cerdo y verduras aderezados con mayonesa de soja

Familia **Fácil y rápido** • Solo con una sartén

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

17



Fideos udon



Carne de cerdo picada



Salsa de soja dulce



Salsa de soja



Mayonesa



Pimiento



Tirabeques

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, agua.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Sartén grande, jarra medidora, bol mediano, bol pequeño, espátula, pinzas, rallador fino.

Ingredientes

	2P	4P
Fideos udon 13)	300 gramos	600 gramos
Carne de cerdo picada* 14)	250 gramos	500 gramos
Salsa de soja dulce 11)	1 sobre	2 sobres
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Mayonesa 8) 9)	3 sobres	6 sobres
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Tirabeques	100 gramos	200 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	75 ml	150 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	465 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2992/ 715	643/ 154
Grasas (g)	33,8	7,3
de las cuales saturadas (g)	8,7	1,9
Carbohidratos (g)	60,7	13,1
de los cuales azúcares (g)	9,2	2,0
Proteínas (g)	33,2	7,1
Sal (g)	3,1	0,7

Alérgenos

8) Huevo **9)** Mostaza **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

1



Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Luego, córtalo en tiras finas de 0,5 cm de grosor. Retira la flor de los **tirabeques** y córtalos por la mitad a lo largo.

3



Saltea las verduras

En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Luego, saltea el **pimiento** 3-4 min, removiendo frecuentemente. Añade los **tirabeques**, **salpimienta** y cocina todo junto 3-4 min más, mientras remueves. Agrega la mitad de la **salsa de soja**, la **salsa de soja dulce**, el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y los **fideos udon**. Remueve con ayuda de unas pinzas para que los **fideos** queden separados. Saltea todo junto 2-3 min más.

2



Cocina la carne

En una sartén grande, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Luego, agrega la **carne picada de cerdo** y, con ayuda de una espátula, desmenúzala para que se cueza uniformemente. Cocina 4-5 min, hasta que se dore. **Salpimienta** al gusto, luego, retira y reserva en un bol.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

4



Emplata y disfruta

Finalmente, en la sartén con los **fideos** y las **verduras**, agrega la **carne de cerdo** y remueve para integrar los ingredientes. Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**. En un bol pequeño, mezcla la **mayonesa** con la **salsa de soja** restante. Sirve los **fideos con cerdo y verduras** en platos y agrega la **mayonesa de soja** encima al gusto.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



¡Ponle nota chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

