KIKKOMAN

Branzino saltato in wok con udon

Tempo totale **25 Min** **15 Min** Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

2 Porzioni

300 g	di baby pak choi
1	gambo di citronella
250 g	di filetto di branzino con pelle, sfilettato (o un altro filetto di pesce bianco compatto)
4 cucchiai	di olio di colza
30 g	di zenzero, pelato e tritato
2	spicchi d'aglio, pelati e affettati sottili
3 cucchiai	di succo di limone
300 g	di udon (confezionati sottovuoto e cotti)
75 ml	Salsa Teriyaki per Wok con Sesamo Tostato Kikkoman
2 cucchiai	Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman
2 cucchiai	di semi di sesamo tostati

PREPARAZIONE

Passaggio 1

250 g di filetto di branzino con pelle, sfilettato (o un altro filetto di pesce bianco compatto) - **4 cucchiai** di olio di colza

Taglia il filetto di branzino in strisce larghe circa 1 cm. Friggile in un wok con l'olio di colza caldo a fuoco vivo per 2 minuti. Rimuovi dal wok con una schiumarola e metti da parte.

Passaggio 2

300 g di baby pak choi - **1** gambo di citronella - **30 g** di zenzero, pelato e tritato - **2** spicchi d'aglio, pelati e affettati sottili - **3 cucchiai** di succo di limone

Taglia il pak choi longitudinalmente in sei parti o trasversalmente in strisce di 3 cm. Taglia la citronella in quarti e schiacciala leggermente con il dorso di un coltello pesante. Friggi il pak choi nell'olio caldo per 3 minuti, poi aggiungi citronella, zenzero e aglio e mescola. Quindi sfuma con il succo di limone.

Passaggio 3

300 g di udon (confezionati sottovuoto e cotti) - **75 ml** Salsa Teriyaki per Wok con Sesamo Tostato Kikkoman **2 cucchiai** Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman

Scalda brevemente gli udon in una ciotola di acqua calda, quindi scolali e aggiungili al wok. Versa la Salsa Teriyaki con Sesamo e il Condimento Dolce in Stile Mirin Kikkoman. Mescola e cuoci brevemente finché non sarà tutto ben caldo.

Passaggio 4

2 cucchiai di semi di sesamo tostati

Disponi le strisce di branzino sopra i noodles, copri il wok e lascia insaporire per 1 minuto. Servi e

cospargi con i semi di sesamo tostati.