KIKKOMAN

Fagiolini saltati in padella

Tempo totale **15 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **5 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
1.277 kJ / 305 kcal

Grassi: **18,3 g** Proteine: **6,2 g**
Carboidrati: **34,0 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

200 g	di fagiolini
100 g	di pak choi
500 ml	di acqua
1 cucchiaino	di sale
1	scalogno
1 pezzo	di zenzero (ca. 1,5 cm)
3,5	spicchi d'aglio
2,5 cucchiai	di olio
1,5 cucchiaio	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
2 cucchiai	Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman
1 cucchiaino	di arachidi tostate
1 cucchiaio	di cipollotto verde (tritato)

PREPARAZIONE

Passaggio 1

200 g di fagiolini - **100 g** di pak choi - **500 ml** di acqua - **1 cucchiaino** di sale
Lavare e pulire i fagiolini. Portare a ebollizione l'acqua, salare e cuocere i fagiolini al dente. Mettere i fagiolini in un setaccio e sciacquare con acqua fredda. Tagliare quindi il pak choi in 4 pezzi.

Passaggio 2

1 scalogno - **1 pezzo** di zenzero (ca. 1,5 cm) - **3,5** spicchi d'aglio - **2,5 cucchiai** di olio
Tritare finemente lo scalogno, lo zenzero e l'aglio. Versare l'olio in una padella, aggiungere il composto di sapori tritati e rosolare per circa 1 minuto. Aggiungere i fagiolini e soffriggere per 3-4 minuti. Aggiungere quindi il pak choi.

Passaggio 3

1,5 cucchiaio Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **2 cucchiai** Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman - **1 cucchiaino** di arachidi tostate - **1 cucchiaio** di cipollotto verde (tritato)
Condire il tutto con Salsa di Soia Kikkoman e Salsa Teriyaki Kikkoman con aglio arrosto. Aggiungere le arachidi tostate e mescolare bene. Disporre il tutto su un piatto e guarnire con cipollotto tritato.