

Insalata di pasta con manzo e funghi

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

Valori nutrizionali (per porzione):

2.964 kJ / 708 kcal

Grassi: **28 g** Proteine: **37 g**

Carboidrati: **74 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

1 cucchiaio di olio vegetale
200 g di carne macinata di manzo
100 g di funghi
1 cucchiaio Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
0,5 peperone rosso
0,5 cipolla, tritata
200 g di penne
200 g di mais dolce in scatola
Condimento e guarnizione:
1 cucchiaio di maionese
1 cucchiaio di ketchup
1 cucchiaino Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
2 cucchiari di arachidi tostate
1 cucchiaio di cipollotto tritato

PREPARAZIONE

Passaggio 1

1 cucchiaio di olio vegetale - **200 g** di carne macinata di manzo - **100 g** di funghi, affettati - **1 cucchiaio** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman

Scalda l'olio vegetale in una padella e salta la carne macinata, mescolando costantemente, finché tutto il liquido non sarà evaporato. Aggiungi i funghi a fette e la Salsa di Soia Kikkoman, salta per altri 2 minuti, poi metti da parte a raffreddare.

Passaggio 2

0,5 peperone rosso - **0,5** cipolla - **200 g** di penne - **200 g** di mais dolce in scatola

Cuoci le penne seguendo le istruzioni riportate sulla confezione. Taglia a dadini il peperone rosso e la cipolla. Trasferisci le penne in una ciotola capiente. Aggiungi le verdure a dadini, il mais dolce scolato e il macinato saltato con i funghi, una volta raffreddato.

Passaggio 3

1 cucchiaio di maionese - **1 cucchiaio** di ketchup - **1 cucchiaino** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **2 cucchiari** di arachidi tostate - **1 cucchiaio** di cipollotto tritato

Mescola la maionese, il ketchup e la Salsa di Soia Kikkoman. Versa il condimento sull'insalata e mescola bene. Guarnisci con le arachidi tostate e con il cipollotto tritato.