KIKKOMAN

Ramen vegetariano con pere e barbabietola

Tempo totale **30 Min** **20 Min** Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
3.515 kJ / 840 kcal

Grassi: **39 g** Proteine: **23,0 g**
Carboidrati: **95 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

400 ml	di acqua
100 ml	di latte di mandorla
3 cucchiai	Base di Zuppa di Ramen Concentrata - Gusto Shoyu (Salsa di Soia) Kikkoman
70 g	di funghi shiitake
80 g	di anacardi tritati
15 ml	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
300 g	di noodles udon
80 g	di pera
60 g	di barbabietola cotta
20 g	di noci macadamia tritate
10 g	di semi di girasole tostati
30 g	di cipollotti
	Fiocchi di peperoncino q.b.

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Tagliare i funghi in pezzi più piccoli. Aggiungerli in una pentola con l'acqua calda e cuocere per 3 minuti. Mescolare energicamente gli anacardi tritati con il latte di mandorla fino a ottenere un composto liscio.

Passaggio 2

Aggiungere la Base per Zuppa Ramen Kikkoman e il composto di anacardi e mandorle nella pentola con i funghi. Mescolare bene e far sobbollire a fuoco basso per 3 minuti. Unire la Salsa di Soia Kikkoman e mescolare accuratamente.

Passaggio 3

Cuocere i noodles seguendo le istruzioni sulla confezione. Sbucciare la pera e tagliarla a fiammiferi sottili; tagliare la barbabietola allo stesso modo.

Passaggio 4

Dividere i noodles in due ciotole. Versare il brodo cremoso, completare con la pera e la barbabietola e guarnire con le noci macadamia e i semi di girasole. Rifinire con i cipollotti e i fiocchi di peperoncino.