

# Noodles Com Tofu e Ervilhas

Vegetariano —    20 min  4 pessoas

[chef.continente.pt/receitas/noodles-com-tofu-e-ervilhas](https://chef.continente.pt/receitas/noodles-com-tofu-e-ervilhas)



## Ingredientes

200 g de noodles  
1 c. sopa de molho de soja  
1 c. sopa de óleo de sésamo  
2 dentes de alho  
Azeite q.b.  
200 g de tofu basílico biológico  
1 limão (sumo)  
1 chávenas de ervilhas cozidas  
½ curgete  
Cebolinho q.b.

## Confeção

1. Coza os noodles consoante as instruções da embalagem. Escorra-os e coloque-os num wok, juntamente com o molho de soja e o óleo de sésamo.
2. Salteie-os por cerca de 3 minutos. Retire-os e reserve. No wok, coloque os dentes de alho picados finamente e um fio de azeite.
3. Refogue por cerca de 3 minutos e junte o tofu cortado em fatias. Frite até o tofu ficar bem corado.
4. Regue com o sumo de limão e em seguida junte os noodles, as ervilhas e a curgete cortada em fatias finas longitudinais.
5. Se necessitar, adicione óleo de sésamo para ficar mais húmido.
6. Deixe cozinhar por cerca de 5 minutos, mexendo sempre. Sirva de imediato com cebolinho picado.