

Noodles de soja com ervilhas e tofu

Vegetariano —    20 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/noodles-de-soja-com-ervilhas-e-tofu-103



Ingredientes

600 g de noodles de arroz
Sal q.b.
1 c. sopa de óleo de sésamo
2 c. sopa de molho de soja
1 c. sopa de azeite
1 cebola roxa
300 g de tofu firme
1 chávena de ervilhas cozidas
Sementes de sésamo q.b.
Cebolinho q.b.
Biovivos q.b.

Confeção

1. Coza os noodles em água a ferver com uma pitada de sal. Quando estiverem tenros, retire-os e reserve.
2. Num wok, coloque o óleo de sésamo, o molho de soja e o azeite, misture bem e refogue a cebola cortada em meias-luas finas.
3. Quando a cebola estiver tenra, adicione o tofu cortado em cubos e as ervilhas e salteie por mais 5 minutos.
4. Por fim, junte os noodles, misture tudo e deixe aquecer ligeiramente.
5. Sirva polvilhado com sementes de sésamo, cebolinho picado e biovivos.