PRIMI PIATTI

Spaghetti di soia con gamberetti e verdure

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 10 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

INGREDIENTI

SPAGHETTINI DI SOIA 300 gr

OLIO DI ARACHIDI 3 cucchiai da tavola

ZENZERO 2 cm

CIPOLLOTTI 2

PEPERONI ROSSI piccolo - 1

ZUCCHINE piccole - 2

GAMBERETTI 200 gr

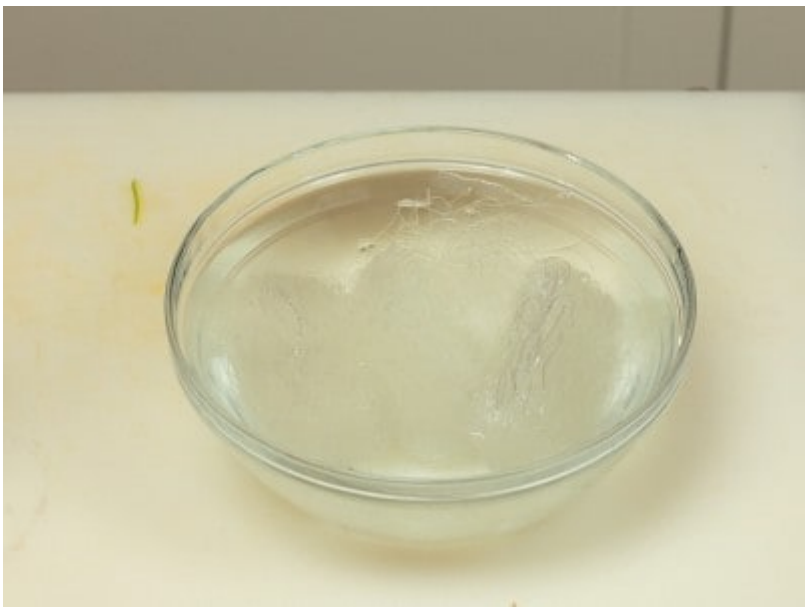
SALSA DI OSTRICHE 1 cucchiaio da tavola

SALSA DI SOIA 2 cucchiai da tavola

OLIO DI SESAMO 2 cucchiai da tè

PREPARAZIONE

1 Innanzitutto mettete gli spaghetti di soia in ammollo in una ciotola con dell'acqua fredda.



2 Pulite le verdure dagli scarti, lavatele e tagliatele a listarelle.

Sgusciate i gamberetti lasciando il guscio solo sulla coda e rimuovete il filetto nero intestinale.

Nel frattempo, fate scaldare l'olio di semi in un wok e fatevi soffriggere lo zenzero tagliato a listarelle piccole.

Unite al wok i peperoni, i cipollotti, le zucchine e l'olio di sesamo e fate rosolare a fuoco vivace.

3 Quando le verdure saranno ben rosolate e morbide, prelevatele dal wok con un cucchiaio forato, lasciando nel wok tutto il liquido di cottura.

4 Nello stesso wok fate rosolare i gamberetti a fuoco vivace insaporendoli con la salsa di ostriche.

5 Quando i gamberetti avranno cambiato colore, unite nuovamente le verdure al wok e lasciate insaporire per un minuto.

6 A questo punto scolate gli spaghetti di soia e uniteli al wok.

7 Insaporite con la salsa di soia e fate saltare il tutto brevemente, giusto quanto serve per amalgamare gli ingredienti e i sapori.

8 Servite immediatamente gli spaghetti ancora ben caldi.

Provate anche gli spaghetti di soia con verdure!