



Noodles exprés con cerdo y teriyaki

con pimiento, cebolleta y zanahoria

Exprés

Preparación en 15'

Preparation time : 15 min.



Cebolleta



Zanahoria



Pimiento



Carne de cerdo
picada



Fideos
japoneses



Salsa teriyaki



Sal y pimienta



Aceite de oliva



Ajo



What did you think of this recipe?

Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.

<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/noodles-expres-con-cerdo-y-teriyaki-729>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Rallador, Colador, Pelador, Olla, Sartén

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Cebolleta (unidad(es))	1	2	3
Zanahoria (unidad(es))	1	2	3
Pimiento (unidad(es))	1	1	3
Carne de cerdo picada (gramo(s))	250	500	750
Fideos japoneses (gramo(s))	100	200	300
Salsa teriyaki (sobre(s))	1	2	3
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	2	4	6
Ajo (unidad(es))	1	2	3

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kj)	2709 kj
Valor energético (kcal)	647 kcal
Grasas	39.1 g
de las cuales saturadas	9.3 g
Carbohidratos	68 g
de los cuales azúcares	19.5 g
Fibra	6.5 g
Proteínas	31.4 g
Sodio	3.14 mg

Allergens

Soja, Sulfitos, Gluten, Trigo

Always check the product labels for allergen information.



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Pela la **cebolleta** y separa la parte verde. Pica ambas partes.
- Pela y ralla la **zanahoria**.
- Corta el **pimiento** en tiras finas.
- Pela y pica el **ajo**.



Los noodles entran en juego

- En una olla, agrega **agua** y **sal** y lleva a ebullición.
- Cuando hierva, agrega los **fideos**, remueve y cocina 1-2 min.
- Escúrrelos con un colador.
- En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega la parte blanca de la **cebolleta**, el **pimiento** y la **zanahoria** y cocina 4-5 min, removiendo.



Carne al fuego

- En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Agrega la **carne de cerdo, salpimienta** y cocina 4-5 min, desmenuzando con una espátula, hasta que se dore.
- Cuando esté lista, retira y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Combina y listo para disfrutar

- En la sartén con las **verduras**, añade la **carne picada**, los **fideos**, la **salsa teriyaki** y un chorrito de **agua** y mezcla bien. Cocina 1 min más. Prueba y **salpimienta** al gusto.
- Sirve los **fideos** en platos y añade encima la parte verde de la **cebolleta**.

Enjoy your meal!