

Paste chinezesti cu legume si tofu

Paste chinezesti cu legume si tofu

Ingrediente :

200 g paste chinezesti/japoneze, 150 g tofu, un ou, 1 ardei gras verde, 4-5 mini-stiuleti de porumb, 7-8 ciuperci Champignon, un pumn germeni soia, 2-3 fire ceapa verde, 10-12 linguri sos soia, 50 ml supa de legume

Preparare :

Se curata legumele, se taie pestisori ceapa verde, felii subtiri ciupercile, bucati porumbul, cuburi mici ardeiul. Se incinge ulei intr-un wok sau o cratita incapatoare. Se bate oul cu sare si se prajeste, amestecind continuu, la foc rapid. Se scoate din tigaie si se adauga ulei. Se prajeste ceapa un minut, apoi se adauga ardeiul, apoi porumbul si la final ciupercile. Se amesteca din cind in cind. Dupa 2-3 minute, se adauga germenii de soia, supa si se lasa sa fiarba 5 minute. Se pregatesc intre timp pastele si se scurg de apa. Se adauga oul la compozitia de legume si apoi citeva linguri soia, dupa gust. Intr-o alta tigaie, se incinge ulei si se frig rapid pastele. Se adauga citeva lunguri de soia, se adauga legumele, se amesteca cu grija si se serveste fierbinte.