

¿A qué saben las nubes?

FIDEOS CHINOS

Ingredientes:

300 gr de fideos chinos al huevo
un chorrito de aceite de girasol (unas 5 cucharadas)
2 dientes de ajo
1 cucharada de jengibre fresco rallado
medio calabacín grande
1 puerro
3 zanahorias
medio pimiento verde grande
un chorritín de salsa de soja (si el chorrito eran 5 cucharadas, el chorritín unas 4)
semillas de sésamo (blancas o negras)
unas gotas de aceite de sésamo (si disponemos de él)

1.- Cocemos la pasta siguiendo las indicaciones del paquete. Hay que tener cuidado con el tiempo con este tipo de pasta, si nos pasamos quedarán demasiado hechos y pastosos.

Una vez hecha la pasta la escurrimos y aclaramos con agua fría para detener el proceso de cocción. Reservamos.

2.- Partimos las verduras en tiritas. Es importante que queden de un tamaño uniforme. El resultado será mucho mejor.

3.- En una sartén grande (si tenemos un wok es un momento ideal para utilizarlo), echamos el chorrito de aceite de girasol y calentamos a temperatura baja. Ponemos el ajo bien picado cuando todavía no está muy caliente. Es necesario que se ablande, pero no que se queme, o que quede demasiado dorado. Añadimos el jengibre rallado, y lo doramos un minuto más.

4.- Añadimos el puerro, las zanahorias y el pimiento verde a la sartén. Subimos la temperatura y salteamos, al cabo de dos minutos añadimos el calabacín. Salteamos, bajamos la temperatura y dejamos que las verduras se ablanden un poco.

5.- Es el momento de añadir la pasta, mezclar bien y con cuidado. Lo dejamos un par de minutos para armonizar sabores y calentar bien la pasta, y antes de servir añadimos la salsa de soja, unas gotas de aceite sésamo y espolvoreamos con sésamo para adornar.