

MACARRÃO INSTANTÂNEO COM MOLHO DE HORTALIÇAS DA ABIMAPI

INGREDIENTES

MOLHO DE HORTALIÇAS:

Molho de hortaliças: 4 colheres das de sopa de azeite

1 colher das de chá de alho amassado

1 colher das de sobremesa de gengibre fresco descascado e ralado

1 colher das de café de pimenta dedo-de-moça sem sementes, bem picada

2 xícaras das de chá de cebola cortada em tiras ou ao seu gosto

1 xícara das de chá de salsão cortado em tiras ou ao seu gosto

350 g de cenoura crua em fatias finas cortadas ao meio ou ao seu gosto

6 xícaras das de chá de acelga fatiada

1 envelope de caldo de legumes 0 % de gordura

1/2 xícara das de chá de pepino agridoce em conserva

1 colher das de sopa bem cheia de creme de arroz ou amido de milho diluído em 300 ml de água

50 ml de molho shoyu light

1 colher das de sopa de vinagre branco

2 colheres das de sopa de óleo de gergelim

1 colher das de chá de açúcar

1 colher das de café de glutamato monossódico

sal, cheiro-verde e pimenta-do-reino branca ao seu gosto

1 colher das de sopa de gergelim para polvilhar (opcional)

50 g de castanhas de caju picadas e levemente tostadas

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira grande ou wok, coloque o azeite e frite o alho, a cebola, o gengibre fresco e a pimenta.

Acrescente as hortaliças, e o pepino em conserva, tempere com o caldo de legumes e refogue rapidamente deixando os ingredientes al dente.

Junte a água, o shoyu, o vinagre, o óleo de gergelim, o açúcar, o glutamato e deixe ferver, mexendo delicadamente para não formar grumos.

Tempere com sal, cheiro-verde e pimenta a seu gosto, junte o macarrão e finalize polvilhando com gergelim e as castanhas.

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28470-macarrao-instantaneo-com-molho-de-hortalicas-da-abimapi.htm>

!