YAKISOBA VEGETARIANO

INGREDIENTES

500 g de macarrão para Yakisoba da nissim (ou um uma massa comum fina)

1 cenoura grande

1 abobrinha italiana

1 abobrinha mineira

1/2 repolho verde (médio)

1/2 repolho roxo (médio)

1/2 maço de brocolis

1/2 couve-flor

1 lata de milho

1/2 pimentão grande

1 cebola

6 molho shoyo a gosto

4 colheres de sopa de molho inglês a gosto

molho para yakisoba (340g)

1 pacotinho de tempero para legumes

Azeite

alho a gosto

sal a gosto

(para quem come carne 500g de carne de alcatra ou chã de dentro)

MODO DE PREPARO

Coloque a massa para cozinhar seguindo as instruções e tempo de cozimento da embalagem. Reserve.

Enquanto a massa cozinha prepare os vegetais: corte as abobrinhas em cubinhos, os repolhos a cebola o pimentão e a cenoura em tirinhas finas. Reserve.

Lave a couve-flor e o brócolis separe em raminhos pequenos (eu gosto de corta pedacinhos do talo,além de saboroso tem muitos nutrientes).

Depois de cozido o macarrão e todos os vegetais picados,em uma panela grande coloque azeite e refogue o alho e a cebola quando a cebola começar a ficar transparente acrescente os vegetais (comece pela cenoura e coloque por último o repolho), acrescente o tempero para legumes e sal a gosto junte o molho inglês ,o molho shoyo e o molho para yakissoba coloque um copo americano de água e deixe ferver para apurar o sabor e cozinhar os vegetais (se estiverem picados em cubinhos pequenos e em tiras finas cozinharão rápido).

Quando os vegetais estiverem cozidos o molho está pronto aí é só acrescentar a massa e servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47525-yakisoba-vegetariano.html