YAKISOBA DE CARNE COM MARCARRÃO LÁMEN

INGREDIENTES

250 g de macarrão tipo lámen

200 g de alcatra ou filet mignon (melhor)

150 g de brócolis americano

150 g de repolho comum

meia cebola roxa

meia cenoura

100 ml de molho de soja (molho shoyo)

sal (ou algum tempero para carnes à base de sal)

azeite

MODO DE PREPARO

Antes de tudo, você deve cozinhar o macarrão por um curto período de tempo, pois ele não deve ir cru para frigideira, mas muito menos muito cozidos. Pegue uma panela e coloque água o suficiente para cobrir todo o macarrão. Deixe ferver e coloque o macarrão, deixando por 2 minutos, não mais que isso. Escorra.

Descasque e corte a cenoura, picando em tirinhas. Corte a carne, também em tirinhas. Corte a cebola roxa em lâminas.

Tempere a carne com o sal (ou o tempero) uniformemente, com bastante moderação. O molho shoyo é por demasia salgado e não queremos estragar o prato por conta do excesso de sal.

Para o fogo! Pegue a maior frigideira que você tiver (acredite, quanto maior melhor) e aplique dois filetes de azeite. Deixe esquentar um pouco, distribuindo o azeite por toda frigideira. Disponha toda carne, deixando fritando até ficar bem douradinha.

Coloque todos os legumes, misture bem junto com a carne. Deixe fritando até chegar ao ponto. Para ajudar a verificar o ponto correto, vá em intervalos de tempo experimentando um pedaço de cenoura. Se estiver duro, então ainda tem que fritar mais um pouco.

Quando os legumes já estiverem amolecidos após grelhados por um tempo, aplique o macarrão. Distribua bem, misturando junto com os outros ingredientes. Utilize um garfo e faca para auxiliar a separar o bolo do macarrão, tomando o cuidado de deixar os ingredientes ficarem bem misturados junto com o bolo. Deixe o macarrão fritando por um tempo.

Por fim, aplique o molho shoyo, junto com 1/4 de um copo de 300 ml de água. Misture, misture, misture, permita que a proporção de legumes, carnes e macarrão fique bem equilibrada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54264-yakisoba-de-carne-com-marcarrao-lamen.html