



Noodles al pollo con zucchini, carote e arachidi

Ingredienti

- 71 g MAGGI Noodles Gusto Pollo
- 300 g Zucchini
- 80 g Carote, crude
- 15 g Burro di arachidi, a pezzi, con sale
- 100 g Cipolle, crude
- 1 Cucchiaino Salsa di Soia
- 1 Cucchiaino Miele
- 1 Cucchiaino Olio di semi (girasole)
- 1 Cucchiaino Citronella (citronella), cruda
- 10 g Arachidi, spagnole, arrostate con olio, con sale
- 2 Rametti Foglie di coriandolo (coriandolo), crude
- 10 g Semi, semi di sesamo, interi, essiccati

Istruzione

- Unite in un robot da cucina il burro di arachidi, la salsa di soia, il miele, l'olio di sesamo, il succo di lime, un cucchiaino di acqua, il sale e il pepe e frullate fino a ottenere una salsa morbida. Trasferitela in una piccola ciotola.
- Sempre nel robot, dopo averlo sciacquato, tritate le arachidi brevemente, trasformandoli in una polvere grossolana (volendo potete anche tritarle a mano).
- Tagliate le zucchini e la carota a nastri con un pelapatate e fatele saltare in padella con un cucchiaino di olio di semi e uno di acqua per circa 5 minuti, poi unite i noodles con le spezie e portate a cottura come spiegato sulla confezione.
- A cottura ultimata unite la salsa e le arachidi tritate, infine il cipollotto a rondelline e il coriandolo tritato (a piacere).

Nutrizione

carboidrati	96.25 g
Energia	712.44 kcal
grassi	30.76 g
Proteine	20.01 g

20 Minuti

1 Per 1
persona