

Tipo de receita: Massa
Método utilizado: Wok
Número pessoas: 4
Fonte: La Casita Verde

Massa de arroz com legumes

Ingredientes

Cenouras
Courgetes
Cebolinhas
Brócolos
Pimento vermelho
Rebentos de alho
Azeite
Molho de soja
Molho de ostras
Gambas congeladas
Massa de arroz
Sementes de sésamo



Preparação

Lavar e cortar os legumes em tiras fininhas.

Colocar o wok ao fogo e quando este estiver quente regá-lo com um pouco de azeite.

Quando o azeite começar a fumer juntar os legumes previamente cortados e salteá-los.

Começar pelos legumes que demorem mais tempo em fazer-se e ir juntando os outros.

Juntar as gambinhas congeladas, um pouco de molho de soja, um pouco de molho de ostras e sal (cuidado que os molhos já são salgados).

Entretanto levar a massa a ferver durante 2 minutos e escorrê-la.

Quando os legumes estiverem já salteados juntar a massa e envolvê-la nos legumes e molhos.

Polvilhar com sementes de sésamo e servir.

Outros legumes que se podem juntar:

Rebentos de soja
Alho Francês
Cebola
Pimento verde
Maçaroquinhas de milho
Cogumelos
Algas chinesas
Couve chinesa
Tiras de Bambú em lata



La Casita Verde
Tu Cocina Divertida...

<http://lacasitaverde.blogspot.com>

[email: aoeiras@gmail.com](mailto:aoeiras@gmail.com)