



Verdure al wok con gamberetti

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	30 Min.
Tempo di cottura	10 Min.
Porzioni	4

Preparazione

- 12 gamberetti
- 1 spicchio d'aglio
- 1 peperoncino, rosso
- 3 cipollotti
- 1 cipolla, rossa
- 100 g di piselli, surgelati
- 50 g di funghi Shiitake
- 100 g di cavolo bianco
- 30 g di castagne d'acqua
- olio di arachidi, per rosolare
- 20 g di olio di sesamo
- 30 g di salsa di soia
- sale
- pepe
- 10 g di sesamo

Sbucciare l'aglio e la cipolla e tagliarli a striscioline. Tagliare il peperoncino a metà e privarlo dei semi, tagliare i cipollotti a listarelle lunghe 3 cm. Tagliare i funghi Shiitake a fettine, il cavolo bianco a striscioline, le castagne d'acqua a metà e mescolare il tutto con i piselli.

Scaldare bene il wok, versarvi l'olio di arachidi e rosolare brevemente i gamberetti a fuoco vivo. Togliere i gamberetti dal wok e metterli da parte.

Aggiungere l'aglio, il peperoncino, i cipollotti e la cipolla rossa, rosolare a fuoco vivo per 5 secondi, quindi aggiungere anche le verdure e rosolare su tutti i lati. Dopo circa 2 minuti le verdure dovrebbero essere ammorbidite.

Aggiungere i gamberetti e condire con sale e pepe. Aggiungere la salsa di soia e l'olio di sesamo e continuare a rosolare per circa 30 secondi. Togliere il wok dal fuoco e cospargere con il sesamo.





Accessori

Wok

Ulteriori informazioni

Creata il 11.12.2019

