

PLATO DE FONDO

NOODELS CON SALSA TERIYAKY

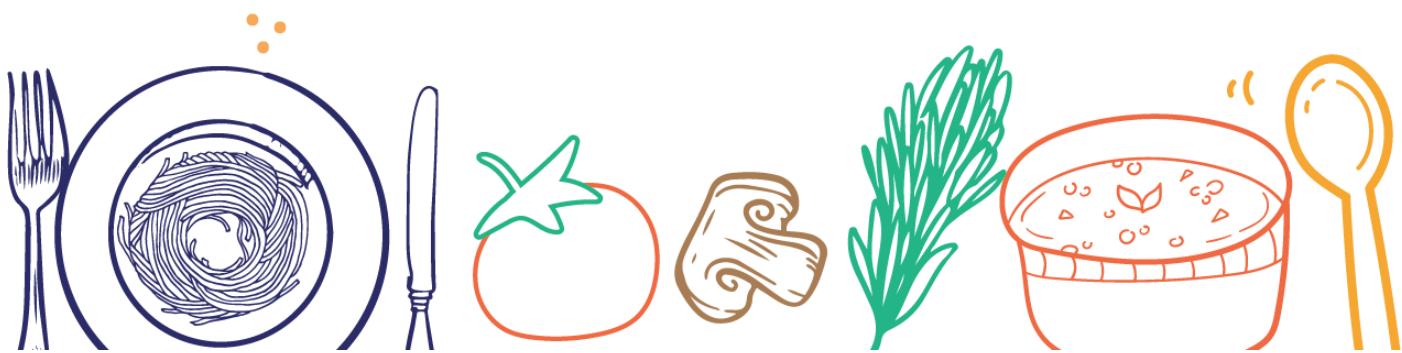


Ingredientes:

- 1/3 taza de salsa de soya
- 1/4 taza de azúcar
- 1 cucharadita de cebolla en polvo
- 1/2 cucharadita de ajo picado
- 1/4 taza de vinagre de arroz o transparente
- 1 cucharadita de ralladura de jengibre
- Aceite de oliva
- 500 g de flat iron (puede ser filete, posta negra o rosada)
- 2 cebollines completos
- 1/2 pimentón (combina colores)
- 1 zanahoria en bastones
- 400 g de champiñones
- 1 cucharada de maicena
- Noodles

Preparación

- Poner en un pocillo 1/3 taza de salsa de soya + 1/4 taza de azúcar + 1 cucharadita de cebolla en polvo + 1/2 cucharadita de ajo picado + 1/4 taza de vinagre de arroz o transparente + 1 cucharadita de ralladura de jengibre, mezclar todo y reservar.
- En un sartén grande poner aceite de oliva y cuando esté muy caliente agregar 500 g de flat iron (puede ser filete, posta negra o rosada) cortado en tiritas.



- Cocinar por tandas y a fuego fuerte para sellar rápido y que los jugos de la carne queden en su interior. Reservar la carne.
- En el mismo sartén agregar más aceite de oliva y saltear 2 cebollines completos con lo verde incluido cortados en diagonal + 1/2 pimentón (combina colores) +1 zanahoria en bastones + 400 g de champiñones.
- Saltear sólo un par de minutos para no perder la crocancia y reservar con la carne.
- Poner en el sartén la mezcla que habías hecho al principio de soya + 1 cucharada de maicena disuelta en 1 taza de agua.
- Cuando tome consistencia más densa, agregar la carne con las verduras salteadas.
- En una ollita pequeña con agua hirviendo, cocinar por 1 minuto los noodles ➡ los míos son de los que vienen en los sobres o “pastas listas” que venden en supermercados.
- Agregar la pasta al sartén, junto con la carne y las verduras.
- Agregar agua de la cocción de la pasta si es necesario.

