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