Ramen vegetariano con setas



Preparación	45 Min.
Tiempo de reposo	30 Min.
Tiempo de cocción	5 Min.
Porciones	4

El bol de ramen vegetariano de Wolf combina champiñones salteados, verduras crujientes y un intenso caldo de miso y shiitake en una experiencia de sabor aromática y rica en umami – reconfortante, equilibrada y sencillamente deliciosa.

Caldo

8 - 10 setas shiitake secas

250 ml agua, caliente

1½ L caldo de verduras o de kombu-shiitake

4 cda pasta de miso blanca o roja

4 cda salsa de soja

2 cda mirin

2 dientes de ajo, rallado

2 cda jengibre, rallado

2 cda aceite de sésamo, al gusto

Champiñones salteados

4 grande setas de cardo rey o sombreros de portobello, con incisiones

2 cda aceite neutro

2 cda salsa de soja

2 cda aceite de sésamo

1 cda pimienta negra gruesa

Verduras salteadas

4 cabezas pak choi baby, cortado por la mitad

200 g brotes de soja

4 cebolletas, en rodajas

2 dientes de ajo, cortados en láminas

2 cda aceite neutro

2 cda salsa de soja

Fideos ramen

400 g fideos ramen secos

Para servir

4 huevos, pasados por agua, cortados por la mitad, opcional

aceite de chile

tiras de nori

sésamo, tostado

Prepare el caldo

Coloque las setas shiitake secas en un bol, cúbralas con agua caliente y déjelas en remojo durante unos 30 minutos. Corte las setas shiitake remojadas en láminas y añádalas a un cazo con el líquido de remojo y el caldo. Lleve suavemente a ebullición. Mezcle la pasta de miso, la salsa de soja, el mirin, el ajo y el jengibre y, a continuación, incorpore la mezcla al caldo. Manténgalo caliente a fuego lento, pero no deje que hierva, para que el miso no se vuelva granuloso ni amargo. Sazone con aceite de sésamo al gusto.

Champiñones salteados en sartén

Corte los champiñones en rodajas de 1 cm de grosor y hágales unos cortes. Untar con el aceite, la salsa de soja y el aceite de sésamo y sazonar después con pimienta. Dore a fuego medio durante 3–4 minutos por cada lado y presione ligeramente hasta que esté dorado. Corte las rebanadas fritas en tiras gruesas, del tamaño de un bocado, y resérvelas hasta el momento de servir.

Prepare las verduras salteadas

Caliente una sartén o un wok a fuego fuerte hasta que esté a punto de humear. Añada el aceite y coloque el pak choi en la sartén, con el lado cortado hacia abajo. Añada el ajo y sofría todo durante 45 segundos sin remover. Añada los brotes de soja y las cebolletas y saltéelos de manera uniforme durante otros 30–45 segundos, removiendo las verduras para que se cocinen de manera uniforme. Añada la salsa de soja, mezcle para integrar y retire del fuego.

Cocción de los fideos ramen

Cueza los fideos ramen en una olla aparte con agua hirviendo según las instrucciones del paquete y, a continuación, escúrralos.

Sirviendo

Reparta los fideos ramen entre platos hondos o cuencos. Coloque las verduras salteadas a un lado sobre los fideos y disponga en abanico las tiras de setas junto a ellas. Si lo utiliza, coloque medio huevo pasado por agua junto a las verduras. Vierta el caldo por un lado hasta que quede justo por debajo de las verduras. Decore con aceite de guindilla, tiras de nori y semillas de sésamo tostadas. Servir inmediatamente.

Consejos

Mantenga los componentes individuales separados hasta el emplatado final: el caldo, los aromas asados de las verduras y la costra crujiente y dorada de la seta deben mantenerse claramente diferenciados en lugar de cocinarse juntos.

Información complementaria

Creado el	27.11.2026