



Sopa asiática roja de miso con lomo adobado con fideos udon y espinacas

Sabores nipones | Rápido | Picante • Una olla

30



Cebolla



Brotos de espinacas



Lomo de cerdo adobado



Pasta de miso



Sriracha



Miel



Fideos udon

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua.

Cocinando: 25 mins
Listo en: 25 mins



Este tipo de sopas son un icono de la cocina japonesa, nacido a principios del siglo XX como un plato cotidiano y reconfortante, lleno de caldo aromático y fideos suaves. Tradicionalmente se acompaña con cerdo, huevo o verduras. En nuestra versión, el lomo adobado aporta sabor intenso y un color vibrante, transformando este plato en una espectacular “sopa roja”.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Olla grande.

Ingredientes

	2P	4P	6P
Cebolla*	1 ud	2 uds	3 uds
Brotes de espinacas*	100 g	200 g	300 g
Lomo de cerdo adobado*	4 uds	8 uds	12 uds
Pasta de miso 11) 13) 15)	25 g	50 g	75 g
Sriracha	½ ud	1 ud	1½ ud
Miel	1 ud	2 uds	3 uds
Fideos udon 13)	150 g	300 g	450 g
Agua	800 ml	1600 ml	2400 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	407 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3170/ 758	780/ 186
Grasas (g)	59,4	14,6
de las cuales saturadas (g)	15,3	3,8
Carbohidratos (g)	40,6	10,0
de los cuales azúcares (g)	13,4	3,3
Proteínas (g)	40,8	10,0
Sal (g)	6,1	1,5

Alérgenos

11) Soja **13)** Cereales que contienen gluten **15)** Trigo.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

1



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Corta el **lomo adobado** en tiras de 1-2 cm.
- En una olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega el **lomo**, **salpimiento** y cocina 2-3 min.
- Retira y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

3



Da vida a la sopa

- En la olla con la **cebolla**, agrega el **agua**, la **pasta de miso**, la **sriracha** y la **miel**. Cocina a fuego medio 1-2 min y remueve.
- Añade los **fideos udon** y las **espinacas** y cocina todo junto a fuego medio 2-3 min, removiendo para separar los **fideos**.

2



Cebolla al fuego

- Pela la **cebolla** y córtala en tiras finas.
- En la olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega la **cebolla** y una pizca de **sal** y cocina 4-5 min, removiendo.

4



¡A la mesa!

- Sirve el **caldo** de la **sopa** en platos.
- Agrega en cada plato los **fideos udon**, el **lomo adobado** y el **pak choi**.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!

Por favor, recicla
nuestros envases



¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.

