



Fideos udon con salsa de cacahuete

con espárragos salteados, ajo tierno y chili

Vegetariano Fácil y rápido Picante opcional • Solo con una sartén
Cocinando: 15 min • Listo en: 15 min



9



Fideos udon



Mantequilla de cacahuete



Ajo tierno



Salsa de soja



Jengibre



Aceite de sésamo



Chili en escamas



Espárragos verdes

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

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bol, rallador, jarra medidora, sartén mediana.

Ingredientes

	2P	4P
Fideos udon 13)	300 gramos	600 gramos
Mantequilla de cacahuete 1)	60 gramos	120 gramos
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Jengibre	½ unidad	1 unidad
Aceite de sésamo 3)	1 sobre	2 sobres
Chili en escamas	1 sobre	1 sobre
Espárragos verdes	200 gramos	400 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	150 ml	300 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	320 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2155/ 515	673/ 161
Grasas (g)	22,4	7,0
de las cuales saturadas (g)	3,0	0,9
Carbohidratos (g)	48,6	15,2
de los cuales azúcares (g)	3,2	1,0
Proteínas (g)	16,6	5,2
Sal (g)	2,1	0,7

Alérgenos

1) Cacahuete **3)** Sésamo **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



1



Saltea los espárragos

Corta y desecha la parte inferior de los **espárragos**, más blanca y dura. Corta el resto de los **espárragos** en trozos de 2 cm. Calienta un chorrito de **aceite** en una sartén mediana a fuego medio. Saltea los **espárragos** durante 3-4 min. **Salpimenta** y reserva fuera de la sartén.

3



Integra los fideos con la salsa

En la misma sartén de los **espárragos**, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio junto al **ajo**, la parte blanca del **ajo tierno** y el **jengibre**. Cocina durante 1-2 min. Añade los **fideos**, la **salsa de mantequilla de cacahuete** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). Cocina 2-3 min, hasta que espese la **salsa**, removiendo para separar los **fideos**. Agrega los **espárragos** y saltea 1 min más.

2



Prepara la salsa

Pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Ralla la mitad del **jengibre** (doble para 4p). Corta el **ajo tierno** en rodajas finas, separa la parte blanca de la verde. Mezcla en un bol la **mantequilla de cacahuete**, el **aceite de sésamo**, la **salsa de soja** y **salpimenta**.

4



Emplata y disfruta

Emplata los **fideos** con **salsa de cacahuete** en boles y espolvorea la parte verde del **ajo tierno** y el **chili en escamas** al gusto.

¡Que aproveche!