

Kimchi Soba Noodles

con Crema de Tahini y Togarashi

holaveggie



🕒 20 minutos

📄 Fácil

🏷️ Sabores Japoneses

🏷️ La Elección del Chef

Una cena japonesa perfecta, rica y rápida: primero hacemos una salsa cremosa de tahini con salsa de soja y miel de caña, luego cocinamos los fideos soba (de trigo y sarraceno) en el agua hirviendo. Cubrimos los fideos soba con la salsa cremosa, kale salteada, kimchi y togarashi.

Contiene: Gluten • Picante (kimchi) • Sésamo

Producido en instalaciones que procesan nueces, sésamo, maní, trigo, lácteos y soja.

Ingredientes en la caja



miel de caña
1
cdita



dientes de ajo
2
un



tahini
4
cdas



fideos soba
180
gr



kale
180
gr



kimchi vegano
120
gr



togarashi
1
cda

Ingredientes en casa

- ✓ Sal
- ✓ Pimienta
- ✓ Aceite vegetal
- ✓ Vinagre de arroz u otro

Utensilios

- ✓ Olla
- ✓ Sartén

Nutrición por porción: Calorías 660 kcal, Grasas 26 g, Carbohidratos 87 g, Proteínas 23 g

Cocinando para
4

Ingredientes listados para 2 porciones - si estás preparando 4 porciones, recibirás el doble de ingredientes. Las indicaciones para 4 porciones están expresadas entre paréntesis en el paso a paso de la receta.

Comé más plantas. 🌱

Kimchi Soba Noodles

con Crema de Tahini y Togarashi



1 – HACÉ LA SALSA TAHINI

- Leé la receta antes de comenzar a cocinar.
- Lavá los **productos frescos**.
- Poné a hervir una olla con abundante agua con sal para el paso 2.
- Pelá y picá finamente el **ajo**.
- Descartá los palos más gruesos de la **kale** y cortá sus hojas finamente.
- Agregá 3 (6) cucharadas de vinagre de arroz o el que tengas, la **miel de caña**, el **ajo**, el **tahini** (con aceite de sésamo y salsa de soja: ya que nuestro packaging no soporta enviarlo separado), 2 (4) cucharadas de agua caliente y una pizca de sal a un bowl mediano y mezclá: ésta es tu **salsa tahini**.

Cocinando para
4

Si estás cocinando el plan de 4 porciones, seguí las indicaciones que están entre paréntesis en cada paso, y usá bowls, ollas y sartenes más grandes de ser necesario.



2 – COCINÁ LOS FIDEOS

- Una vez que el agua esté hirviendo, agregá los **fideos soba** y revolvé suavemente. Cociná hasta que esté al dente, de 3 a 5 minutos. Escurrilos y pasalos por agua fría para detener el proceso de cocción.



3 – HACÉ LOS FIDEOS CREMOSOS CON TAHINI

- Colocá una sartén antiadherente grande a fuego medio-alto y agregá el **kale** y 2 (4) cucharadas de agua. Cociná hasta que el **kale** se ablande, de 2 a 3 minutos.
- Retirá la sartén del fuego, agregá los **fideos cocidos** y la **salsa tahini** al **kale** y revolvé.



4 – TERMINÁ, SERVÍ Y DISFRUTÁ

- Dividí los **fideos cremosos con tahini** entre los platos y cubrí con **kimchi** y **togarashi**. ¡A comeeeeeer!

Esparcí el amor, compartí la comida

 holaveggiear

