

CANNAMELA

Sukiaki



Ingredienti

- 600g filetto di manzo
- 200g riso (tipo Basmati) bollito
- 100g germogli di bambù
- 30g spinaci crudi
- 150g spaghetti di soia
- 3 uova
- 200g carote
- 80g sedano
- 100g porro
- qb sale
- qb olio
- 2 cucchiaini colmi Spezie Shichimi Togarashi
CANNAMELA



Porzioni
4 persone



Portata
Piatto
unico



Tempo
25 minuti



Difficoltà
Media



Cottura
In padella,
Bollito/lessato



Kcal per
persona
1*

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Suddividete il riso in 4 ciotole e tenetele da parte.
- 2 Tagliate la carne a fette sottili e dividetele in 4 piatti, poi fate altrettanto con le verdure.
- 3 Dividete anche gli spaghetti di soia in 4 porzioni.
- 4 In una padella larga e bassa rosolate nell'olio un momento la carne dopo averla passata nelle uova sbattute. Riversate e conservatela a parte.
- 5 Nella stessa padella sciogliete 2 g di Spezie Shichimi Togarashi CANNAMELA in 1 cucchiaino d'olio e alcuni cucchiaini d'acqua.
- 6 Versate nel sugo una porzione di verdure e insaporitele.
- 7 Lessate la pasta in acqua salata per 1 minuto, poi scolatela.
- 8 Unite la pasta al sugo e completate il piatto con la carne.
- 9 Cuocete rapidamente la preparazione per insaporirla in modo omogeneo.
- 10 Procedete analogamente con le altre porzioni unendo sempre 2 grammi di Spezie Shichimi Togarashi CANNAMELA.
- 11 Servite accompagnando il piatto con riso bollito.