



Pratos Principais Pizzas e Massas

Noodles MAGGI com Perfume Asiático

🕒 28 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

Ingredientes

800 g de camarão
3 embalagens de MAGGI Pasta Oriental
2 c. de sopa de óleo vegetal
3 talos de lemongrass (citronela)
2 rodela de gengibre partido aos cubos
125 ml de caldo de peixe
1 c. de sopa de molho de peixe
1 malagueta fresca sem sementes
coentros q.b.
3 cebolas
2 c. de sopa de sumo de lima

Informação nutricional

Energia	479,9 kcal	24%*
Proteínas	42,2 g	84%*
Lípidos	19,1 g	27%*
Hidratos de Carbono	35,1 g	13%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Retirar a pele e a cabeça dos camarões, aquecer o óleo no wok para refogar a lemongrass, o gengibre e folha de lima se tiver.
- 2 Temperar com sal e pimenta o camarão e saltear com o lemongrass e o gengibre, quando estiverem rosados mais ou menos 2 minutos em lume forte, retiramos o camarão e reservamos.
- 3 Juntar ao refogado o caldo de peixe e o molho de peixe tapar e deixar ferver, juntar os noodles de gamba e deixar cozer como indicado na embalagem.
- 4 Quando estiverem cozinhados apagar o fogo retirar os talos de lemongrass e pedaços de gengibre e servir com os restantes ingredientes a cebola laminada fina, os coentros picados a malagueta picada e no final refrescar

com o sumo de lima. Nota: Pode ser feito apenas com caldo de peixe. O molho concentrado de peixe é apenas se desejar um sabor mais intenso. No workshop fizemos com caldo de bonito, preparado à venda em supermercados de produtos alimentares chineses. Se gostar do sabor mais intenso a gengibre, em vez de cortar em pedaços e retirar, pode ralar e manter no cozinhado.