



Pratos Principais

Pizzas e Massas

## Noodles Chau Chau

🕒 20 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 2 doses

### Ingredientes

1/2 pimento vermelho  
100 g de ervilhas  
100 g de fiambre  
1/2 cebola  
1 ovo  
molho de soja q.b.  
140 g de MAGGI FUSIAN Pasta Oriental Frango

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 519,9 kcal | 26%* |
| <b>Proteínas</b>           | 19,9 g     | 40%* |
| <b>Lípidos</b>             | 30,5 g     | 44%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 41,3 g     | 16%* |

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

### Preparação

- 1 Cozer a massa na quantidade de água recomendada por 3 min.
- 2 Cortar a cebola em gomos, os pimentos e o fiambre em cubos.
- 3 Num wok ou frigideira saltear ligeiramente os legumes e fiambre com um fio de azeite.
- 4 Juntar um pouco de molho de soja, juntar a massa e envolver tudo.
- 5 Abrir uma clareira chegando a massa para o lado, deitar o ovo batido e mexer.
- 6 Envolver com a massa.