



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>	441,5 kcal	22%*
<b>Proteínas</b>	20,0 g	40%*
<b>Lípidos</b>	23,9 g	34%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	35,5 g	14%*

\*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.