

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

Energia	519,9 kcal	26%*
Proteínas	19,9 g	40%*
Lípidos	30,5 g	44%*
Hidratos de Carbono	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.