



Pratos Principais

Pizzas e Massas

## Pad Thai

🕒 25 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

2 limas  
140 g de noodles camarão  
50 g de amendoim  
1 cebola  
1 alho francês  
50 g de gengibre  
coentros q.b.  
200 g de camarão  
1 ovo  
100 g de rebentos de soja  
2 c. de sopa de açúcar  
vinagre de vinho branco q.b.  
piri piri q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	279,6 kcal	14%*
<b>Proteínas</b>	18,5 g	37%*
<b>Lípidos</b>	9,0 g	13%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	31,7 g	12%*

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

### Preparação

- 1 Demolhar a massa em água morna e dissolver o conteúdo da saqueta.
- 2 À parte caramelizar o açúcar, juntar o vinagre, o caldo da massa e lima, o resultado deve ser um equilíbrio agri-doce.
- 3 Saltear o camarão com um fio de azeite, retirar e picar.

- 4 Saltear a cebola, alho, alho francês, piri piri e gengibre, envolva a massa.
- 5 Abrir uma clareira chegando a massa para o lado, deitar o ovo batido e mexer. Envolver com a massa.
- 6 Juntar o molho agridoce que preparou em quantidade suficiente para ser absorvido pela massa.
- 7 Juntar os coentros, rebentos de soja e amendoins, servir com gomos de lima.