



# Sopa de fideos udon con albóndigas de cerdo

con caldo casero de setas portobello

6

Familia <650 calorías Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min



Fideos udon



Carne de cerdo picada



Portobello



Salsa de soja dulce



Caldo de ternera



Salsa de soja



Ajo tierno

De tu despensa: sal y pimienta, agua, ajo, harina.

## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.

Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Olla grande, tapa, bol mediano, plato, araña, rallador fino.

## Ingredientes

	2P	4P
Fideos udon <b>13)</b>	150 gramos	300 gramos
Carne de cerdo picada* <b>14)</b>	250 gramos	500 gramos
Portobello*	250 gramos	500 gramos
Salsa de soja dulce <b>11)</b>	1 sobre	2 sobres
Caldo de ternera	1 sobre	2 sobres
Salsa de soja <b>11) 13)</b>	1 sobre	2 sobres
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Agua	600 ml	1200 ml
Ajo	1 unidad	2 unidades
Harina	1 cucharada	2 cucharadas

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	372 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	1795/429	483/115
Grasas (g)	23,5	6,3
de las cuales saturadas (g)	7,0	1,9
Carbohidratos (g)	33,6	9,0
de los cuales azúcares (g)	8,3	2,2
Proteínas (g)	28,8	7,7
Sal (g)	3,6	1,0

## Alérgenos

**11) Soja 13) Cereales que contienen gluten 14) Sulfitos.**

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

## ¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?  
Entra en [helloworld.es](http://helloworld.es) o nuestra app para evaluar la receta.



1



2



### Prepara el caldo

Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Limpia los **portobellos** con un paño húmedo. Retira y desecha el extremo del pie de los **portobellos**. Luego, córtalos en láminas finas. En una olla, agrega el **agua** (ver cantidad en ingredientes), el **caldo de ternera** y **sal** y lleva a ebullición. Cuando hierva, añade las **setas portobello** laminadas. A continuación, retira del fuego y tapa la olla durante 5-10 min.

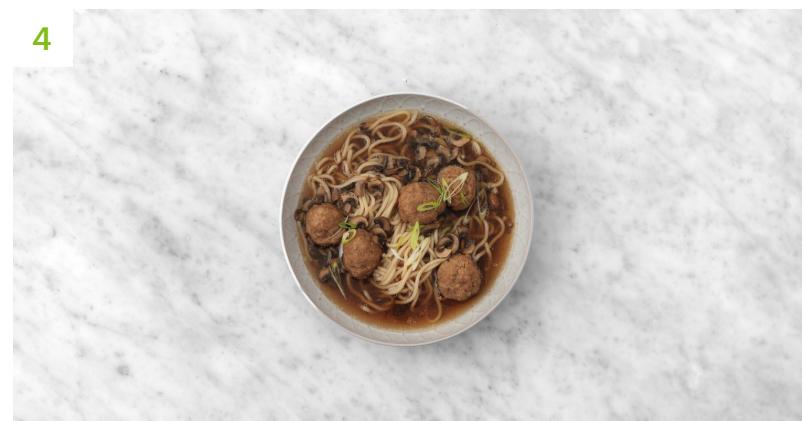
3



### Cocina las albóndigas en el caldo

Con ayuda de una araña o espumadera, retira las **setas portobello** de la olla con el **caldo** y resérvalas en un plato. Lleva el **caldo** a ebullición y añade la **salsa de soja dulce**, la **salsa de soja** restante y las **albóndigas de cerdo**. Cocina a fuego medio-alto durante 5-6 min, hasta que las **albóndigas** estén bien hechas en el interior.

4



### Agrega los fideos y emplata

Corta el **ajo tierno** en rodajas finas. Cuando las **albóndigas** estén listas, agrega los **fideos udon** y las **setas portobello** a la olla, remueve para separar los **fideos** y cocina 1-2 min. Cuando esté lista, sirve la **sopa de fideos con albóndigas de cerdo** en platos hondos y decora con el **ajo tierno** al gusto.

### ¡Que aproveche!