



Sopa de fideos udon con langostinos con curry rojo tailandés y lima

<650 kcal **Rápido** **Picante** • Una olla

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

5



Langostinos



Cebolla



Pimiento



Leche de coco



Pasta de curry rojo tailandés



Lima



Fideos udon



Ajo tierno

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, agua.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Olla grande, jarra medidora, papel de cocina.

Ingredientes

	2P	4P
Langostinos* 5)	150 gramos	300 gramos
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Leche de coco	180 ml	360 ml
Pasta de curry rojo tailandés	½ sobre	1 sobre
Lima	½ unidad	1 unidad
Fideos udon 13)	150 gramos	300 gramos
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	400 ml	800 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	425 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	1902/ 455	448/ 107
Grasas (g)	17,4	4,1
de las cuales saturadas (g)	13,9	3,3
Carbohidratos (g)	34,2	8,0
de los cuales azúcares (g)	8,2	1,9
Proteínas (g)	21,4	5,0
Sal (g)	1,5	0,4

Alérgenos

5) Crustáceos 13) Cereales que contienen gluten.

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

1



Prepara los ingredientes

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela la **cebolla**, divídela en dos y corta una mitad (doble para 4p) en daditos pequeños. Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Luego, corta en dados de 2-3 cm. Separa la parte blanca y la parte verde del **ajo tierno**. Corta ambas partes en rodajas finas.

3



Cocina la sopa

En la olla, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2. Cocina 1-2 min o hasta que esté dorado. Añade la **cebolla**, el **pimiento** y la parte blanca del **ajo tierno**, **salpimienta** y cocina 4-5 min, removiendo, hasta que se ablanden. Luego, añade la mitad de la **pasta de curry rojo** (doble para 4p) y cocina 1-2 min. Agrega la **leche de coco** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y cocina a fuego medio 5-6 min más.

2



Saltea los langostinos

Seca los **langostinos** con papel de cocina. En una olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Cuando esté caliente, agrega los **langostinos**, **salpimienta** y cocina 1-2 min, moviendo ocasionalmente, hasta que se doren. Cuando estén listos, retira y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular marisco crudo.

4



Emplata y disfruta

En la olla, agrega los **fideos udon**, remueve para separarlos y cocina 1-2 min. Prueba la **sopa** y **salpimienta** al gusto. Corta la **lima** en gajos. Sirve la **sopa** en boles y agrega los **langostinos** encima. Decora con la parte verde del **ajo tierno** y exprime zumo de **lima** al gusto sobre cada plato.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

¡Recíclame!

