Gotxei



PLATOS PRINCIPALES

# Wok de spaguetti konjac con ternera

2 raciones · 385 kcal

## Ingredientes

- **400 g** de Spaguetti Konjac
- **2 filetes** de ternera
- **1/2** pimiento verde
- **1/2** pimiento rojo
- **1** cebolla
- **1** zanahoria grande
- Un puñado de anacardos
- Salsa de soja
- Semillas de sésamo

### POR RACIÓN

| | |
|---|---|
| Proteínas | **39 g** |
| Grasas | **16 g** |
| Hidratos | **27 g** |
| Fibra | **11 g** |

## Elaboración

1. Hervir los fideos de konjac el tiempo que marque el fabricante y reservar
2. De mientras, cortar tanto la ternera como las verduras en tiras
3. En una sartén con un chorro de AOVE, marcar primero a fuego alto las tiras de ternera y reservar
4. Después, en ese mismo aceite a fuego medio, pochar las verduras con un chorro generoso de salsa de soja junto con los anacardos
5. Cuando esté todo hecho, incorporar la carne de ternera y los fideos, remover bien y dejar unos minutos para que se integren bien los sabores
6. Terminar decorando en el plato con semillas de sésamo

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei

cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei