

Cellophane noodles

I cellophane noodles o pasta di vetro, sono fatti di farina di fagioli mung e non hanno glutine. Esecuzione:

gli spaghetti di soia vanno ammollati per almeno mezz'ora in acqua fredda o non più di un quarto d'ora in acqua calda prima della cottura: bastano circa 30gr a di spaghetti a testa. Seguire comunque le istruzioni sulla confezione che di solito dice di lessarli per 4'-5' in acqua portata all'ebollizione e con fuoco spento dopo aver immerso i noodles.

-mettere nel wok un filo d'olio, un cucchiaino di zenzero tritato (opzionale del cipollotto bianco tagliato a julienne) -saltare-

-aggiungere un fetta di lonza di maiale a striscioline sottili (va bene anche pollo o tacchino) -saltare-

- aggiungere sempre tagliati a julienne: un carota, una zucchina e una buona dose di gemogli di soia -saltare-

- aggiungere salsa di soia, vino di riso, un pizzico di zucchero, un pizzico di sale, peperoncino a piacere

- aggiungere. un paio di mestoli d'acqua (ma se i noodles sono stati lessati bastano 100ml)

- dopo averli ammollati, scolare i noodles e aggiungerli nel wok

- cuocere fino ad assorbimento dell'acqua mescolando delicatamente con una forchetta per amalgamare