



SALTEADO ASIÁTICO CON NOODLES TM6

 20 minutos 45 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 600 gramos de filete de res
- 25 gramos de salsa de soya Kikkoman® reducida en sodio
- 3 Cucharaditas de endulzante sin calorías [6 g]
- 1.5 cucharadas de fécula de maíz [12 g]
- 30 gramos de ajonjolí tostado
- 40 gramos de aceite de ajonjolí
- 2 Piezas de diente de ajo [10 g]
- 1 pieza de jengibre fresco
- 60 gramos de cebollita de cambray sin raíz
- 150 gramos de pimiento rojo crudo chico
- 100 gramos de zanahoria picada cruda
- 240 gramos de fideos de arroz Blue Dragon®

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

2º *Utilizar la cantidad de agua que indica la receta

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [321 g]	% DDR
ENERGÍA	176 kcal	566 kcal	28 %
GRASA	6 g	18 g	28 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	10 %
COLESTEROL	22 mg	70 mg	23 %
SODIO	108 mg	348 mg	14 %
H. CARBONO	18 g	59 g	20 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	6 %
PROTEÍNA	13 g	43 g	-