

## PASTA DE SOJA CON GAMBAS Y CALABACÍN.

🕒 15 minutos

🍴 1 porción

### INGREDIENTES

- 50 gramos de espagueti de soja
- 300 gramos de calabacín, crudo
- 250 gramos de gamba quisquilla, cruda
- 2 cucharadas soperas de salsa de soja (26 g)
- 2 cucharadas de postre de aceite de oliva, virgen (10 g)

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Hervir la pasta.
- 2º Saltear las gambas. Mientras pela y trocea el calabacín.
- 3º Cuando las gambas estén salteadas reservar y saltear el calabacín con aceite de oliva. Cuando el calabacín esté salteado añadir las gambas reservadas. Añadimos la pasta hervida y escurrida y la salsa de soja. Salteamos todo junto.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (636 g)	% DDR
ENERGÍA	68 kcal	435 kcal	22 %
PROTEÍNA	9 g	60 g	120 %
H. CARBONO	2 g	10 g	4 %
AZÚCARES	1 g	8 g	8 %
GRASA	3 g	16 g	23 %
GRASAS SATURADAS	0 g	3 g	13 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	7 g	29 %
SODIO	311 mg	1978 mg	82 %