

Spaghetti di riso con carne e verdure

Categoria: Portate - Paste Asciutte



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Cottura: 30 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Medio	Difficoltà: Bassa	

Gli spaghetti di riso con verdure e carne sono una pietanza tipica asiatica, si possono trovare con diversi condimenti in Cina come in Corea o anche in Giappone. Questi spaghetti di riso con verdure e carne sono particolarmente cremosi grazie alla pasta di peperoni che regala aromi e un sapore dolciastro ben stemperato dalla salsa di soya.



Ingredienti

» Carne bovina straccetti di manzo 200 gr	» Olio di oliva 4 cucchiaini	» Soia 2 cucchiaini di salsa
» Funghi champignon 100 gr	» Peperoni rosso 1	» Spaghetti di riso 200 gr
» Gamberi e Gamberetti gamberetti 200 gr	» Soia germogli 80 gr	» Zucchine con fiore 80 gr

Per la salsa

» Aglio 2 spicchi	» Peperoncino verde (friarelli) 80 gr
» Cipollotto fresco 2	» Peperoncino rosso metà
» Olio di oliva 1 cucchiaino	

Preparazione



Preparate la salsa: tagliate grossolanamente i peperoncini verdi, il peperoncino rosso, gli spicchi di aglio e i cipollotti (1); mettete tutto nel mixer (2) e azionate così da tritare; aggiungete anche l'olio e azionate di nuovo per almeno 3-4 minuti così da ottenere una pasta densa ma omogenea (3); tenete da parte.



Tagliate a tocchetti il peperone rosso; pulite gli champignon, tagliate a rondelle sottili le zucchine e togliete il picciolo dai fiori di zuccina (4) riducete a strisce di circa 2cmx1cm gli straccetti di manzo (5). Scaldate due cucchiaini di olio in un wok o in una padella antiaderente molto capiente e versate due terzi della crema ottenuta in precedenza (6); fate cuocere a fuoco medio per un paio di minuti



e poi aggiungete nell'ordine: il peperone rosso (7), le zucchine tagliate a rondelle (8) i funghi tagliati a fettine (9)



e in ultimo i germogli di soya e i fiori di zucca (10-11) facendo saltare un paio di minuti tra un'aggiunta e l'altra. In un'altra padella scaldate il restante olio e crema e fate cuocere come prima a fuoco medio per un paio di minuti; aggiungetevi gli straccetti di carne e fateli saltare un paio di minuti girandoli (12);



aggiungete i gamberetti (13), fate saltare ancora un paio di minuti e poi togliete dal fuoco tenendo il tutto in caldo. Portate a bollore una pentola di acqua calda salata e tuffateci per un minuto gli spaghetti di riso (14), colateli e passateli sotto acqua fredda; versateli nel wok con le verdure che ormai saranno tenere (15)



aggiungete anche la carne e gamberetti (16), e aggiungete in ultimo la salsa di soya. Saltate gli spaghetti di riso con carne e verdure un paio di minuti e poi impiattate (18).