



Nudle s hovězími nudlemi a pak choi

Ingredience

- 185 g MAGGI Nápady Nudle z pánve Kuře s česnekem a sójovou omáčkou
- 250 g Mung fazole klíčky
- 1 hlavička Zelí, čínské (pak-choi)
- 0.5 salátová okurka
- 200 g hovězí maso
- 29.8 g ocet
- 15 g Třtinový cukr
- 30 g olivový olej

Postup

1. Ve velké pánvi nebo woku rozehejte 1 lžící olivového oleje a na vysokém ohni krátce opečte nudličky hovězího masa. Vyjměte z pánve a dejte stranou.
2. Pak choi a fazolové klíčky opékejte na 1 lžící olivového oleje ve stejné pánvi asi 1 minutu. 50 gramů fazolových klíčků si dejte stranou (na okurkový salát).
3. Přisypte do pánve kořenící směs, přilijte 300 ml vody a přiveďte k varu.
4. Přidejte nudle a vařte asi 2 minuty (dokud se voda nevyvaří a nudle nezměknou).
5. Ocet smíchejte s cukrem a míchejte, dokud se cukr nerozpustí. Do směsi přidejte nakrájenou okurku a odložené fazolové klíčky a nechte krátce nasáknout.
6. Smíchejte maso s nudlemi a zeleninou. Podávejte v hlubokém talíři či míse se salátem z okurky.

⌚ 22 Méně

⊕ 3

Sacharidy	57.77 G
Energie	543.39 kcal
Tuky	24.51 G
Protein	26.87 G