

Chuletón salteado con pimienta negra

Tiempo total **35 Mins.** 20 Mins. Tiempo de preparación **15 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
2653 kJ / 633 Kcal

Grasas: **36 g** Proteínas: **35,2 g**
Carbohidratos: **35,9 g**

INGREDIENTES

2 porciones

250 g chuletón en tiras
150 g brócoli en ramitas
1 pimiento rojo en tiras
1 cebolla morada en tiras
0,5 manojo de cebollas tiernas finamente picadas
1 diente de ajo finamente picado
15 g jengibre fresco finamente picado
5 cucharadas para freír
50 ml salsa de pimienta negra
2 cucharadas Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
1 cucharada Kikkoman aceite de Sésamo Toastado

Para el adorno del plato
1 cucharada cucharada de cebolleta tierna finamente picada (alternativa: cilantro fresco, albahaca fresca)
Unos cuantos tallos de perejil rizado, sin hojas
1 cebolla tierna finamente picada
Pimienta negra recién molida
175 g arroz basmati cocido

PREPARACIÓN

Pasos 1

Hierve agua en un wok, agrega el broccoli, que se ablande, retira y seca.

Pasos 2

Seca el wok y calienta 3 cucharadas de aceite en el mismo wok, agrega las tiras de la carne, fríe rápidamente y retira.

Pasos 3

Fríe el pimiento rojo y las tiras de cebolla, después Fríe las cebollas tiernas brevemente y retira.

Pasos 4

Limpia el wok y Fríe el ajo y el jengibre con el aceite restante.

Pasos 5

Agrega las verduras salteados y también la carne.

Pasos 6

Agrega la salsa de pimienta negra y el brócoli.

Pasos 7

Adereza con salsa de soja Kikkoman y con aceite de sésamo tostado Kikkoman y mezcla bien.

Pasos 8

Decora la carne y las verduras con cebolletas tiernas, perejil y cebollitas tiernas.

Pasos 9

Rocia con la salsa que queda en el wok, Adereza con pimienta y sirve con el arroz basmati cocido.