

# Yakiudon con gambas al ajo y verduras

Tiempo total **20 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **10 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)  
**2.704 kJ / 645 Kcal**

Grasas: **28,6 g** Proteínas: **25,2 g**  
Carbohidratos: **70,3 g**

## INGREDIENTES

2 porciones

<b>400 g</b>	de fideos udon
<b>160 g</b>	de gambas
<b>60 g</b>	de col
<b>30 g</b>	de cebolleta
<b>60 g</b>	de brotes de soja
<b>20 g</b>	de pimiento roj
<b>20 g</b>	de pimiento verde
<b>20 g</b>	de zanahor
<b>20 g</b>	de setas shiitake
<b>60 g</b>	<u>Kikkoman aceite de Sésamo Toastado</u>
<b>100 g</b>	<u>Kikkoman Salsa Teriyaki con ajos asados para wok</u>

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

**60 g** de col - **30 g** de cebolleta - **60 g** de brotes de soja - **20 g** de pimiento rojo - **20 g** de pimiento verde - **20 g** de zanahoria - **20 g** de setas shiitake - **160 g** de gambas

Lave todas las verduras y corte la col, la cebolleta, los pimientos, la zanahoria y las setas shiitake. Prepare las gambas pelándolas y retirando el intestino.

### Pasos 2

**400 g** de fideos udon - **30 g** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado

Caliente 30 g de Kikkoman aceite de sésamo en un wok o una sartén amplia. Incorpore los fideos udon, separándolos suavemente mientras se calientan. Saltéelos hasta que adquieran un ligero dorado y algunas marcas de tostado, y resérvelos en un plato.

### Pasos 3

**30 g** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado - **100 g** Kikkoman Salsa Teriyaki con ajos asados para wok

- Los fideos udon salteados del paso 2 - Las verduras y gambas restantes

Añada el resto de Kikkoman aceite de sésamo a la sartén y saltee primero las gambas hasta que estén ligeramente doradas. Incorpore después todas las verduras. Vuelva a añadir los fideos udon a la sartén, agregue Kikkoman salsa Teriyaki WOK con Ajo y mezcle bien todos los ingredientes hasta que estén calientes y uniformemente cubiertos por la salsa. Sirva inmediatamente.