

Ramen vegetarian

40– Min.

Pregătire

1. Într-un bol mic, amestecă usturoiul granulat cu 2 linguri de apă și lasă-l să se hidrateze timp de 1 minut. Încinge uleiul într-o tigaie, apoi adaugă pasta de usturoi, ghimbirul și curcuma. Călește timp de 1 minut, până devin aromate.
2. Adaugă pasta miso, untul de arahide și tahini, amestecă și gătește timp de 1 minut. Toarnă apa și sosul de soia, adu la fierbere, apoi redu focul și fierbe la foc mic, acoperit, timp de 15 minute.
3. Între timp, fierbe ouăle (pentru ramen, ouăle moi sunt ideale, 6–7 minute). Curăță-le de coajă și taie-le în jumătăți. Fierbe tăițeii ramen conform instrucțiunilor de pe ambalaj, scurge-i și pune-i deoparte.
4. Încinge uleiul de susan într-o tigaie, adaugă ciupercile shiitake și prăjește-le 4–5 minute, până se rumenesc. Scoate-le din tigaie, apoi adaugă spanacul în aceeași tigaie și gătește-l până se înmoaie.
5. Pune tăițeii fierți în boluri adânci. Toarnă peste ei supa fierbinte, apoi adaugă ciupercile, jumătățile de ou, porumbul și spanacul. Presară semințe de susan și servește.

Ingrediente 2 Porții

= Kotányi Produkte

Pentru supă

2 linguriţe	Usturoi granulat
1 linguriță	Ghimbir măcinat
0.4 linguriță	Curcuma măcinată
1 lingură	Pastă miso
1 linguriță	Unt de arahide
0.5 linguriță	Tahini
1 lingură	Sos de soia
500 ml	Apă

Pentru ramen

2	Ouă
200 g	Tăiței ramen (sau alți tăiței subțiri)
1 lingură	Ulei de susan
100 g	Ciuperci shiitake, feliate
80 g	Spanac baby
120 g	Porumb dulce (din conservă)
	Semințe de susan, pentru servire