



Bucatini Doria estilo oriental

Bucatini Doria estilo oriental

Ingredientes

- 500 g Bucatini Doria.
- 1 zanahoria cortada a lo largo.
- 1 pimentón cortado a lo largo.
- 1½ calabacín amarillo cortado a lo largo
- 1½ brócoli cortado en trozos pequeños
- 1½ taza champiñones cortados
- 40 ml salsa soya.
- Jengibre al gusto

Preparación

1. Para empezar cortamos en julianas, es decir, a lo largo, la zanahoria, el pimentón y el calabacín. Cortamos en trozos pequeños el brócoli y los champiñones y picaremos finamente el jengibre.
2. En una olla pondremos abundante agua hasta que hierva, luego agregamos un poco de sal y los Bucatini Doria, dejamos cocinando por unos 10 minutos.
3. En una amplia sartén o wok derretimos mantequilla y añadimos el jengibre, la zanahoria, el pimentón, el calabacín y el brócoli, sofreímos por 3 minutos y agregamos la salsa de soya y los champiñones; continuamos cocinando un par de minutos más.
4. Si los Bucarini ya están al dente, es el momento de escurrirlos y agregarlos a la sartén, los mezclamos bien con los vegetales que acabamos de saltear.
5. Es tiempo de servir. Disfruta esta novedosa receta Doria, rica en Zinc y Hierro con tu familia y los que más quieres.