Yakisoba de Frango

www.receitasdafia.com/receitas/yakisoba-de-frango

Experimente esse delicioso Yakisoba de frango com vegetais em apenas 30 min!



30 min 7 porções

Ingredientes

- 300 g de peito de frango cortado em cubos
- 1 cebola cortada em pétalas
- 50 g de cenoura cortada em rodelas
- 50 g de brócolis (sem o talo)
- 50 g de couve-flor (sem o talo)
- 50 g de repolho ou acelga em pedaços
- 300 g de macarrão para yakisoba
- ½ xícara de chá de água
- ½ xícara de chá de shoyu
- ½ colher de sopa de amido de milho
- Óleo de gergelim a gosto

Modo de Preparo

1. Em uma panela, aqueça um pouco de óleo e doure os cubos de frango. Reserve.
2. Na mesma panela, adicione um pouco mais de óleo e refogue a cebola até ficar transparente.
3. Em seguida, acrescente os legumes cortados em pedaços e sem água. Cozinhe-os até ficarem al dente.
4. Enquanto os legumes cozinham, em outra panela cozinhe o macarrão para yakisoba conforme as instruções da embalagem.
5. Enquanto o macarrão cozinha, prepare o molho. Em uma vasilha, misture a água, o shoyu e o amido de milho até obter uma mistura homogênea.
6. Escorra o macarrão assim que estiver cozido e adicione-o na panela com os legumes e o frango.
7. Despeje o molho preparado anteriormente sobre o macarrão e misture bem, garantindo que todos os ingredientes estejam envolvidos pelo molho.
8. Finalize o yakisoba de frango com vegetais adicionando o óleo de gergelim a gosto e misturando novamente.
9. Está pronto! Sirva o yakisoba quente e bom apetite!