

Рамен с креветками и салатом романо

Общее время **25 мин** 10 мин Время подготовки 15 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):
1 885 кДж / 450 ккал

Жиры: **12 г** Белки: **24 г**
Углеводы: **55 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

140 г сырых креветок (около 8 штук)
10 мл масла Kikkoman из поджаренного кунжута
1 маленький кочан салата романо
30 мл рапсового масла
400 г лапши Рамен
10 г свежего имбиря
2 зубчика чеснока
4 ст. л. концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен
540 мл воды
Немного зеленого лука для украшения
Кунжут для украшения (по желанию)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

140 г сырых креветок (около 8 штук) - **10 мл** масла Kikkoman из поджаренного кунжута
Замаринуйте креветки в кунжутном масле Kikkoman на 5 минут, затем готовьте на горячей сковороде 4–5 минут, пока они не станут розовыми и не прожарятся.

Шаг 2

1 маленький кочан салата романо - **15 мл** рапсового масла - **400 г** лапши Рамен
Разрежьте салат пополам и обжарьте в рапсовом масле 2-3 минуты. Отдельно приготовьте лапшу в кипящей воде по инструкции на упаковке, затем слейте воду.

Шаг 3

10 г свежего имбиря - **2** зубчика чеснока - **15 мл** рапсового масла - **4 ст. л.** концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен - **540 мл** воды - Немного зеленого лука для украшения - Кунжут для украшения (по желанию)
Мелко нарежьте имбирь и чеснок, затем обжарьте их в рапсовом масле 20-30 секунд. Смешайте основу Kikkoman для супа Рамен с водой, имбирем и чесноком и доведите до кипения. Положите лапшу в миску, залейте получившимся бульоном, добавьте креветки и половинки салата, затем посыпьте зеленым луком и, по желанию, кунжутом.