

## נתחי סויה דמוי עוף טבעול מוקפצים עם ירקות ירוקים וקשיו



### רכיבים

- חבילה נתחי סויה דמוי עוף
- כפות שמן קנולה
- כפות שמן שומשום
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כרישה חתוכה לפרוסות דקות, כולל החלק הירוק
- שיני שום קצוצות
- כפית ג'ינג'ר קצוץ דק
- זוקיני חצויים לאורכם ופרוסים לפרוסות
- גרם שעועית ירוקה עדינה
- גבעולים סלרי קצוצים
- ראש ברוקולי מפורק לפרחים קטנים
- כפית קורנפלור
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כפות רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- כפות מירין
- כפות חומץ אורז
- כפות שומשום
- לפי הטעם בצל ירוק
- לפי הטעם אגוז קשיו קלוי

### הכנה

1. מחממים ווק על אש גבוהה, מוסיפים שמן, שמן שומשום וסויה ומטגנים את נתחי הסויה במשך דקה (על מנת שיתחממו ויקבלו צבע).
2. מוסיפים את כל הירקות ומקפצים 2-3 דקות.
3. בקערה קטנה מערבבים את מרכיבי הרוטב ומוסיפים לווק. מקפצים תוך כדי ערבוב עוד כ-2 דקות, עד שהרוטב מסמיך.
4. מגישים את המנה בצלחת עמוקה עם אורז לבן.

25 דקות

6 servings 6