

פסטה בירקות ירוקים



רכיבים

- גרם פרפקטו פסטה פאפארדלה
- כף שמן זית
- כף שמן קנולה
- כוס אפונה יבשה אפשר גם קפואה
- כוס שעועית יבשה
- כוס תרד שטופים וקצוצים
- 1/4 1/4 כוס עירית קצוצים
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כף רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- קורט מלח

הכנה

1. מכינים את הפסטה לפי הוראות היצרן, מסננים, שוטפים, מוסיפים כף שמן זית ומערבבים.
2. במחבת רחבה בעלת דפנות גבוהות, מחממים שמן קנולה. מוסיפים אפונה ושעועית ומאדים מספר דקות.
3. מוסיפים את עלי התרד ומאדים עוד מספר דקות.
4. מוסיפים עירית, רוטב סויה] רוטב צ'ילי ומלח ומאדים עוד מספר דקות.
5. מערבבים את הירקות עם הפסטה ומגישים מיד.

20 דקות 🕒

4 servings 4 🍴