

## נודלס "עשה זאת בעצמך"



### רכיבים

- חבילה נודלס אטריות מסולסלות
- שניצל דק צמחוני
- כפות רוטב למוקפץ 290 מ"ל
- 1/2 2/1 פחית תירס מסונן מנוזלים
- גזר חתוך לרצועות

### הכנה

1. מחממים מחבת ומוסיפים שמן זית.
2. שמים בקערה את הנודלס ושופכים עליהם מים רותחים ל-3 דקות בדיוק.
3. מסננים את הנודלס מהמים ושמים בתא הגדול של הקופסה.
4. ציוד נדרש: קופסת אוכל עם 4 תאים.
5. מקפיצים במחבת גזר ותירס גמדי עד ריכוך קל, ומתבלים עם 1 כף רוטב אסייתי למוקפץ.
6. שמים בתא אחד של הקופסה המחולקת.
7. צולים את השניצל הצמחוני, בתנור שחומם מראש לחום של 180 מעלות, כ-15 דקות.
8. מוציאים מהתנור, חותכים לרצועות ושמים בתא נוסף של הקופסה.
9. בתא האחרון שמים עוד 1 כף רוטב אסייתי למוקפץ.
10. מצרפים פתקית הוראות שיקשוק של כל המצרכים יחד.

30 דקות

4 4