



FIDEOS CON COSTILLA Y VERDURAS

Ingredientes:

- 2 cucharaditas de aceite
- 800gr de costilla de res limpia
- 2 cebollitas cambray picadas
- 2 tazas de ramilletes de brocoli
- ½ taza de germen de soya
- 2 calabazas en rodajas
- 1 pimiento rojo cortado
- 2 zanahorias peladas y cortadas
- 2 cucharadas de soya
- 1 cubo de caldo de res
- 3 tazas de agua
- 250gr de fideos chinos de arroz
- Ajonjoli para decorar

Procedimiento:

En la olla express calienta el aceite y frie la costilla por ambos lados. Retira.

En ese mismo aceite, frie las cebollitas cambray y el resto de las verduras. Sazona con la salsa de soya, el cubo de caldo de res diluido en un poco de agua caliente y las 3 tazas de agua.

Deja hervir, agrega la carne y cierra la olla. Cuece aproximadamente por 25 minutos.

Para los fideos chinos de arroz, en una olla hierva suficiente agua para que puedas sumergir los fideos. Al momento del hervor, agrega los fideos, apaga el fuego y déjalos por 3 minutos o hasta que se ablanden.

Sirve en cada plato un pco de fideos, verduras y costilla. Decora con ajonjoli negro.

Tiempo de preparación:	40 minutos
Grado de dificultad:	Fácil
Porciones:	5