

Pad thai: macarrão tailandês com legumes

• Dificuldade Médio ⌚ Preparo Rápido (até 30 minutos) 👤 Rendimento 2 porções



- 200 gramas de macarrão de arroz
- 1 colher (café) de gengibre ralado fresco
- 1/4 unidade de pimenta-dedo-de-moça picada e sem semente
- 1 colher (sopa) de cebolinha-verde picada
- 1 colher (café) de cebolinha nirá (chinesa ou japonesa) picado
- 2 colheres (sopa) de saquê
- 1/4 xícara (chá) de molho de soja (shoyu)
- 1 colher (sopa) de gergelim preto
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 1 dente de alho picado
- 1/2 unidade de cebola roxa cortada em meia-lua
- 1 unidade de tomate cortado em tiras sem sementes
- 50 gramas de champignon em lâminas
- 50 gramas de cogumelo shiitake em fatias
- 1 xícara (chá) de brócolis em buquê pré-cozido
- 1/2 unidade de cenoura cortada em meia-lua e pré-cozida
- 1 xícara (chá) de couve-flor em buquê pré-cozido
- 1/2 xícara (chá) de moyashi (ou broto de feijão)
- 2 colheres (sopa) de amendoim tostado
- curry (ou caril) em pó a gosto
- coentro picado a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, cozinhe o macarrão com um pouco de sal só até ficar al dente (cerca de 5 minutos). Escorra, passe em água corrente fria e reserve. Prepare o molho: em um bowl, junte o gengibre, a pimenta, o curry, a cebolinha, o nirá, o saquê, o shoyu e o gergelim. Misture e reserve. Em um wok (panela típica da culinária asiática) ou frigideira, aqueça o azeite e refogue o alho e a cebola. Aos poucos, acrescente o tomate, os cogumelos, os brócolis, a cenoura, a couve-flor e o moyashi. Refogue por mais 2 minutos e acrescente o molho oriental. Por último, coloque o macarrão com cuidado para não quebrar. Sirva com o coentro e o amendoim polvilhados.

Receita adaptada de Pad Thai de Duizila Homem de Maria Gomes