



BOWLS ASIATICHE

Orathay Souksisavahn

192 pagine, 20,5 x 22 cm, broccura con alette

ean: 978-88-6722-676-4

12,00 €



Non solo comfort food e alimentazione sana: le bowls asiatiche sono un vero e proprio viaggio alla scoperta di sapori e sensazioni. Una base di riso o tagliolini, verdura cruda e cotta, proteine animali o vegetali, e *voilà*, il gioco è fatto!

80 ricette di *ramen*, *bo-bun*, *phô* e altre specialità asiatiche, gustose e facili da preparare.

Con *Bowls asiatiche*, la chef thailandese Orathay Souksisavahn offre un

seguito al primo volume *Bowls dolci e salate*, pubblicato nella stessa collana Prêt-à-cuisiner.

bo bun & co

SOBA AL TÈ VERDE & TOFU SETOSO

Preparazione: 20 minuti

per 2 persone

- 300 g di soba al tè verde, cotti e raffreddati
- 240 g di tofu setoso
- 4-6 fette di omelette arrotolata alla nori (p. 186)
- 60 g di zenzero marinato
- 40 g di pinoli, tostati in padella
- 2 champignon, affettati molto sottili

ricetta

Mescolate la salsa di soia, lo sciroppo d'acero e l'olio di sesamo. Distribuite i soba in ciotole capienti o su piatti fondi. Posate delicatamente il tofu. Aggiungete gli champignon, l'omelette e lo zenzero. Cospargete di erbe aromatiche e pinoli. Nappate con la salsa e gustate ogni boccone con un pezzetto di zenzero.