




## Błyskawiczny chiński stir fry

 szpinakot


Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **chińska**

### Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

makaron typu noodles - 100 g

olej sezamowy - 1 łyżka

dowolne warzywa lub mieszanka

sos sojowy - do smaku

świeżych warzyw - 3 garść

### Dodatkowe info:

Najprostsza i najszybsza z możliwych opcji obiadowych, ale zaskakująca smakiem za pomocą jednego składnika. W czym tkwi tajemnica? W niecodziennym dla nas, a bardzo popularnym w Azji, niesamowicie aromatycznym oleju sezamowym.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Przepis jest banalnie prosty: na patelni rozgrzej olej sezamowy, wrzuć dowolne, świeże krojone warzywa, podsmaż je przez 7-10 minut, dodaj makaron noodles i po dwóch minutach twoje danie jest gotowe. Dopraw do smaku sosem sojowym - nic więcej nie jest potrzebne, gdyż główną rolę grać ma sezamowa nuta oleju.