

Fideus nepalesos

El Nepal

Joan Rabell Carulla

Ingredients

400 g de fideus llargs
500 g de pollastre sense os tallat a trossos petits
2 cullerades d'oli vegetal
4 alls, tallats ben fins
1 arrel de gingebre picada ben fina
1 ceba, tallada en trossos grossos
3 xilis vermells picats ben fins
¼ de tassa de salsa de soja
1 culleradeta de cúrcuma
1 tomàquet picat en trossos grossos
1 pastanaga tallada a rodanxes fines
1 tassa de mongetes verdes tallades longitudinalment
2 tasses de fulles d'espínacs
2 tasses de brou de pollastre

Preparació

Primerament, coeu els fideus en aigua bullent, escorreu-los i reserveu-los.

D'altra banda, escalfeu l'oli en un wok gran a foc mitjà. Afegiu-hi el pollastre, l'all, el gingebre, la ceba i els xilis, i salteu-ho fins que el pollastre sigui daurat i les cebes, toves.

Llavors incorporeu-hi la salsa de soja i la cúrcuma. Després, afegiu-hi el tomàquet, la pastanaga i les mongetes verdes i cuineu-ho a foc lent fins que tot estigui cuit. Un cop passats uns cinc minuts, afegiu-hi els espínacs i barregeu-ho suaument. Un cop estovats, incorporeu-hi els fideus i el brou de pollastre fins que tot bulli a foc lent.

Retireu-ho del foc, tapeu-ho i deixeu-ho reposar durant quinze minuts abans de servir-ho.