Ensalada de chauchas

Dificultad:

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 0min
Tiempo total: 10min , Número de porciones: **6**

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: https://srecetas.es/ensalada-de-chauchas

Preparación

En una sartén grande, calentar el aceite a fuego medio. Añadir el jengibre y el ajo, cocinar por 2 minutos. Añadir las chauchas y freir durante otros 2 minutos. Añadir la salsa de soja y la salsa chili, revuelva y cocine hasta que los granos alcanzan el punto deseado, aproximadamente 2-5 minutos más. Sazone con sal y pimienta al gusto.

Ingredientes

- 500 gramo/s Chauchas (Frijoles verdes - Ejotes) lavadas y cortadas
- 2 cucharadita/s Aceite de oliva
- 2 cucharadita/s Jengibre picado
- 1 diente/s Ajo
- 1/4 taza/s Salsa de soja
- 1 cucharadita/s Salsa chili

Categorías

Un día normal, Vegetariana, Todo el año, Económico, Vegetales, Comida para todos los días, Familia, Ensalada