

Sójové nudličky s ananasem a zeleninou

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Sójové maso - nudličky 1 balení
- Kompotovaný ananas 4 plátek
- Zmrazená brokolice 100 g
- Mrkev 1 ks
- Česnek 1 stroužek
- Ananasová šťáva z kompotu 1 ks
- Sójová omáčka 1 ks
- Olej 1 ks
- Sůl - dle chuti 2 špetka

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Sójové nudličky vložíme do hrnce s vodou ochucenou sójovou omáčkou, povaříme 20 minut, slijeme a dobře vyždímáme. V hlubší pánvi rozpálíme olej, přidáme připravené nudličky a krátce je osmažíme. Přidáme brokolici, na nudličky nakrájenou mrkev, kousky ananasu a nasekaný česnek, zakapeme sójovou omáčkou a ještě krátce podusíme. Je - li třeba, směs dochutíme solí, případně ananasovou šťávou nebo sójovou omáčkou.