



FRIENDS

RAMEN FATTO IN CASA

con tempeh e verdure zerowaste

**TAGLIAMO A CUBETTI IL TEMPEH
E MARINIAMOLO CON:**

salsa soia
aceto balsamico
zenzero
cumino

PER IL RAMEN

In una pentola con dell'OLIO, versiamo gli ingredienti e rosoliamo:

CIPOLLA
PEPERONCINO
ZENZERO

CAROTE a bastoncini

Aggiungiamo ALTRE VERDURE A SCELTA
fresche, germogli, essiccate o da recupero:

(SCARTI come il gambo e le foglie di un cavolfiore che darà sapore
e poi toglieremo per creare altre preparazioni,

GIA' COTTE in frigorifero (andranno messe alla fine)

COPRIAMO CON ACQUA
aggiungiamo sale o dado
cuociamo per 1 ora circa
...alla fine immergiamo
SPAGHETTI (di soia o di riso)



www.semplicementealex.com
[@semplicementealex3](https://www.instagram.com/semplicementealex3)
semplicementealex3@gmail.com