



## Consejo del chef

Puedes aliñar el pad thai vegetal, servir y decorar con un poco de cilantro.

## Raciones para 2

1 Calabacín

2 Zanahorias

100 gr Col lombarda

1 Cebolleta

3 Ramas de apio

100 gr Edamames cocidos

Cacahuets tostados

Cilantro fresco

Para la salsa:

1 Cucharada de azúcar moreno

2 Cucharadas de aceite de  
sésamo

4 cucharadas de aceite de oliva  
virgen extra

2 Limas

3 Cucharadas de salsa de soja

1 Cortar el calabacín y las zanahorias en forma de espaguetis con un cortador especializado para ello y escaldar en agua hirviendo con sal durante 1 minuto. Escurrir y reservar en un wok o sartén.

2 Partir la col lombarda, la cebolleta y el apio en juliana fina y juntar con las verduras anteriores.

3 Añadir los edamames cocidos, los cacahuets tostados y saltear todo durante 3 minutos a fuego fuerte, simplemente para que las verduras se atemperen.

4 Preparar la salsa en un bol aparte con el azúcar moreno, el aceite de sésamo, el de oliva, la salsa de soja y el zumo de lima.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/pad-thai-100-vegetal/>

**COOKING**  
**LOVERS** 