

# Yakisoba o tallarines fritos con pollo

COOKING  
LOVERS TEBA



## Consejo del chef

El truco para cortar la cebolleta es doblar los tallos por la mitad y cortar desde el doblez, así saldrán láminas redondas.

## Raciones para 1

Aceite de sésamo

1 Pimiento rojo

100 gr Zanahoria rallada

1 Cebolleta

500 gr Contramuslo de pollo deshuesado

180 gr Col lombarda

180 gr Fideos yakisoba

2 Cucharaditas de azúcar

100 ml Salsa de soja

2 Cucharaditas de salsa de ostras

2 Cucharaditas de salsa de tomate

4 Cucharaditas de salsa Worcestershire

Parte verde de la cebolleta

Sésamo tostado

- 1 Para la salsa, combinar todos los ingredientes en un cuenco y reservar.
- 2 Cortar el pollo en dados y saltear en un wok a fuego fuerte con aceite de sésamo hasta dorar. Reservar.
- 3 Cortar también todas las verduras en bastones o tiras y saltear en el mismo wok con un poco más de aceite de sésamo. Primero el pimiento con la cebolleta y la zanahoria y lo último, la col lombarda.
- 4 Incorporar el pollo y la salsa reservados y llevar a ebullición. Verter los fideos y cocinar el tiempo que indique el envase. Si es necesario, añadir un poco más de agua para cocerlos.
- 5 Servir y decorar con la parte verde de la cebolleta laminada y un poco de sésamo tostado.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/yakisoba-o-tallarines-fritos-con-pollo/>

