Alessandro Borghese Kitchen Sound, gli yakisoba noodles. IL VIDEO

borghese-1-368f727f

YAKISOBA NOODLES

Tempi:**
Costi:*
Difficoltà:**

Ingredienti per 4 persone:
200 g di semola
200 g di farina 0 manitoba
200 ml di acqua
6g di carbonato di calcio
Farina di riso q.b.
2 cucchiai sake
2 cucchiai di soia
1 cucchiaio di mirin
4 cucchiai worchester
Olio di semi q.b.
Carote, cipolle e zucchine q.b.
Katsuobushi e pepe q.b.

Preparazione:
In un bicchiere sciogliere 6 g di carbonato in 100 ml di acqua bollente. Iniziare a impastare la farina con quest’acqua e, infine, aggiungere i 100 ml rimanenti freddi. Impastare per circa 10/15 minuti e conservare l’impasto per 1h al fresco, possibilmente sottovuoto.

Per gli Udon: mescolare tutti gli ingredienti solidi, aggiungere il latte le uova e infine l’olio. Impastare per circa 15 minuti e conservare al fresco per circa 1h possibilmente sottovuoto.
A parte, in un wok molto capiente o su una piastra con un filo d’olio, iniziare a cuocere a fiamma medio alta le verdure (prima carote, cipolle, asparagi poi verza ed infine i funghi). Aggiungere del pepe fresco, far cuocere ancora e inserire i noodles previa cottura (1 minuto e mezzo in bollitore).
Amalgamare e saltare il tutto inserendo la salsa.
Decorare il piatto con Katsuobushi e pepe.

Guarda le altre puntate di Alessandro Borghese Kitchen Sound, in onda tutti i giorni su Sky Uno