

## Noodles με λαχανικά, πικάντικη σάλτσα ταχινιού & ginger

**Μερίδες:** 2-4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 10-15 λεπτά

### Υλικά για τα noodles:

- 1 κρεμμύδι, κομμένο σε λεπτές φέτες
- 2 φρ. κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα
- 2 καρότα, κομμένα σε λεπτά sticks
- 1 κόκκινη πιπεριά, κομμένη σε λωρίδες
- 500 γρ λευκά μανιτάρια, κομμένα σε φέτες
- ½ λευκό λάχανο, χοντροκομμένο
- 225 γρ. πλατιά noodles ρυζιού ή udon noodles
- σησαμέλαιο ή ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

### Υλικά για τη σάλτσα:

- 50 γρ. ταχίνι
- 50 γρ. σάλτσα σόγιας
- 2 κ.σ. μηλόξυδο
- 1 κ.γ. καστανή ζάχαρη
- [2-4 κάψουλες TERRANOVA Ginger](#)
- 1 σκελίδα σκόρδο, τριμμένη
- 1 κ.γ. πιπέρι καγιέν
- σησαμέλαιο ή ελαιόλαδο

### Υλικά για το σερβίρισμα:

- 1 φρ. κρεμμυδάκι, ψιλοκομμένο
- λίγο σουσάμι, καβουρντισμένο

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Σε ένα μεγάλο τηγάνι βάζουμε 3 κ.σ. ελαιόλαδο και μόλις ζεσταθεί προσθέτουμε το κρεμμύδι και τα φρέσκα κρεμμυδάκια και σοτάρουμε για 2-3 λεπτά.

2) Στη συνέχεια προσθέτουμε τα καρότα, την πιπεριά και τα μανιτάρια και σοτάρουμε για 3-4 λεπτά. Μόλις αρχίσουν τα μανιτάρια να χάνουν τα υγρά τους προσθέτουμε το λάχανο και σοτάρουμε μέχρι να δούμε το λάχανο να έχει πέσει σε όγκο και να έχει μαλακώσει για περίπου 3-4 λεπτά. Αλατοπιπερώνουμε και αφήνουμε στην άκρη.

3) Ετοιμάζουμε τα poodles σύμφωνα με τις οδηγίες του πακέτου αλλά υπολογίζουμε 1 λεπτό λιγότερο από τον χρόνο που αναγράφει και τα προσθέτουμε στα λαχανικά μας.

4) Ετοιμάζουμε τη σάλτσα. Σε ένα μπολ βάζουμε 2 κ.σ. σησαμέλαιο (ή ελαιόλαδο), το ταχίνι, τη σάλτσα σόγιας, το μηλόξυδο, τη καστανή ζάχαρη, το περιεχόμενο από τις [κάψουλες TERRANOVA Ginger](#), το σκόρδο και το καγιέν. Ανακατεύουμε καλά με σύρμα μέχρι να ομογενοποιηθεί η σάλτσα.

5) Προσθέτουμε τη σάλτσα στο τηγάνι με τα poodles και τα λαχανικά μας και ανακατεύουμε καλά να καλυφθούν όλα καλά.

6) Σερβίρουμε τα poodles με λαχανικά και βάζουμε από πάνω λίγο φρέσκο κρεμμυδάκι και λίγο σουσάμι.