



# Courgette e Coco no Wok

## Legumes com frango em molho de coco

### Preparação

1. Aqueça o óleo de coco ou óleo próprio para wok em lume brando. Adicione o gengibre ralado, a erva-príncipe cortada ao meio e o peito de frango aos pedaços. Após dois minutos acrescente Alpro alternativa às Natas, à base de Coco e o molho de peixe. Deixe cozinhar em lume brando, mexendo ocasionalmente.
2. Junte os tomates cortados aos pedaços e sem sementes, os coentros picados, o sumo de lima e o molho piripíri. Em separado, cozinhe os noodles de arroz de acordo com as instruções da embalagem.
3. Retire o wok do lume e acrescente os espinafres e a courgette, cortada em tiras finas utilizando um descascador. Sirva em taças com os noodles, as sementes de sésamo tostadas e os coentros extra. Adicione sumo de lima e molho piripíri extra, a gosto.



4 porções



35min



### Ingredientes

- 1 c. de sopa de óleo de coco ou óleo próprio para wok
- 4 cm de gengibre fresco
- 1 pé de erva-príncipe
- 300 g de peito de frango
- 500 ml de Alpro alternativa às Natas Culinárias, à base de Coco
- 1 c. de sopa de molho de peixe
- 2 tomates
- 1 molho de coentros frescos
- 1 courgette
- 1 lima
- 1 c. de sopa de molho piripíri
- 350 g de noodles de arroz
- 200 g de espinafres baby
- 2 c. de sopa de sementes de sésamo tostadas

## Feito com

Alpro Alternativa às Natas Culinárias, à base de Coco

