



CALORÍAS\*  
370

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL (por ración)

20,8	Proteína
39,1	Hidratos de Carbono
13,5	Grasas Totales
2,4	Grasas Saturadas
7,6	Grasas Monoinsaturadas
2,1	Grasas Polinsaturadas
0,17	Colesterol
4,7	Fibra Alimentaria
0,43	Sodio

**ALÉRGENOS**  
gluten, crustáceos, sulfitos

\* calorías por ración



60'



4 PAX



DIFICULTAD  
BAJA



SIN LACTOSA



SOPAS Y CREMAS

## RAMEN MEDITERRÁNEO CON GAMBAS ESPECIADAS

PONS

UTILIZAMOS:



**PONS SELECCIÓN FAMILIAR**  
AOVE Arbequina



**PONS TABASCO®**  
AOVE con Tabasco®



**PONS CONDIMENTO DE MANZANA**  
Condimento de manzana

MARIDAMOS:



**SISQUELLA**  
Vino blanco



**FLOCS ROSÉ**  
Cava Brut Rosé

### INGREDIENTES

*Para el caldo:*


- 12 Cabezas de gamba (Nº3, 30-40 piezas/kg)
- 1/2 Cebolla cortada pequeña
- 2 Dientes de ajo
- 2 Setas shitake (pueden ser champiñones)
- 5 ml Salsa de soja
- 15 ml Pons Selección Familiar AOVE Tradicional
- 1,5 l Agua

*Para el ramen:*

- 12 Colas de gamba
- 1/2 Cebolla pequeña cortada en juliana
- 2 Setas shitake (pueden ser champiñones)
- 100gr Col
- 200 gr Fideos (fideo de trigo largo para ramen)
- 2 Huevos de gallina
- 15 ml Pons Selección Familiar AOVE Tradicional
- 100 g Espinacas frescas
- 5 ml Pons con Tabasco®
- 2 ml Pons condimento de Manzana
- Sal y pimienta

### ELABORACIÓN

*Para el caldo:*

- Sofreír el ajo, la cebolla y las cabezas de gamba en aceite Pons Selección Familiar AOVE Tradicional. 
- Cuando el conjunto coja color, chafar las cabezas de gamba y añadir la salsa de soja.
- Reducir el conjunto 2 minutos e incorporar el agua y las setas laminadas.
- Colar y reservar el caldo cuando ha reducido a un litro.

*Per al ramen:*

- Hervir los huevos 7 minutos en agua. Enfriarlos en agua con hielo. Una vez fríos, pelarlos y reservarlos.
- Sofreír la cebolla en aceite Pons Selección Familiar AOVE Tradicional hasta que quede tierna y sin color.
- Añadir el caldo del ramen, la col en juliana y las setas laminadas.
- Dejar hervir 15 minutos a fuego lento.
- Incorporar las colas de gamba y dejar hervir 2 minutos a fuego lento.
- Agregar las espinacas y apagar el fuego.

*Emplatado:*

- Si es necesario, rectificar el ramen con sal y pimienta.
- Repartir el ramen en 4 boles intentando presentar los ingredientes de manera harmónica.
- Cortar los huevos por la mitad y añadir 1/2 huevo en cada bol.
- Aliñar los huevos con unas gotas de Pons condimento de Manzana.
- Sazonar el ramen con aceite Pons con Tabasco®.

### ÚTILES




Olla



Colador  
chino



Cuchillo

 Fuego Bajo