



GỎI RONG NHO SỐT TƯƠNG

Nguyên Liệu

- 100 g Rong nho tách nước
- 150 g Tôm tươi
- 100 g Bắp Cải Tím
- 100 g Bắp Cải Trắng
- 50 g Cà Chua Bi
- 1 muỗng canh Mật Ong
- 1 muỗng canh Giấm trắng
- 1 muỗng cà phê Dầu Mè
- 1 muỗng cà phê Mè Rang Vàng
- 1 muỗng cà phê Muối
- 0.5 muỗng cà phê Tiêu Xay
- 4 muỗng canh MAGGI Nước Tương

Nấu Ngay

- Sơ chế: đầu tiên, bạn rửa sạch bắp cải tím và bắp cải trắng, sau đó thái sợi. Cà chua bi rửa sạch, cắt đôi. Với rong nho bạn ngâm trong nước khoảng 5 phút để đánh thức rong nho, rửa sạch lại với nước 2,3 lần cho bớt vị mặn. Sau đó ngâm vào nước đá để rong nho giòn ngon hơn.
- Cho tôm vào nồi luộc cùng 1 muỗng cà phê muối khoảng 2 phút đến khi thân tôm chuyển sang màu đỏ thì tắt bếp. Bạn vớt tôm ra, cho vào tô nước đá và ngâm trong khoảng 5 phút để thịt tôm giòn ngon rồi bắt đầu lột vỏ tôm.
- Làm sốt nước tương: bạn cho vào chén 4 muỗng canh nước tương MAGGI, 1 muỗng canh mật ong, 1 muỗng canh giấm trắng, 1 muỗng cà phê dầu mè, 1 muỗng cà phê mè rang, 1/2 muỗng cà phê tiêu xay rồi trộn đều hỗn hợp.
- Cách trộn gỏi rong nho: cho bắp cải tím, bắp cải trắng, cà chua bi và tôm vào 1 cái tô lớn rồi trộn cùng sốt nước tương cho đều và thấm vị.
- Bày món ăn ra đĩa, thêm rong nho lên bề mặt là hoàn tất. Khi ăn chấm rong nho với sốt nước tương để thưởng thức vị ngon hoàn hảo của món ăn này. Phần nước sốt chua ngọt đậm đà chuẩn vị từ nước tương MAGGI kết hợp cùng rong nho giòn ngon tự nhiên, giàu dinh dưỡng, hứa hẹn là một món khỏe ngon lành rất được các nàng ưa chuộng.

dinh dưỡng

Carbohydrate	10.71 g
Năng lượng	107.19 kcal
Chất béo	3.32 g
Chất đạm	9.63 g

🕒 23 phút

👤 3 người ăn