

# Garlic Chili Noodles

Serves 4

## Ingredients

- Noodles of choice
- 5 cloves of garlic
- 2 green onion stalks
- 1 tablespoon sesame oil
- 1 tablespoon olive oil
- Pinch of red pepper flakes
- 1 teaspoon soy sauce
- ½ teaspoon brown sugar
- 1 teaspoon rice wine vinegar
- Optional: Add 2 tablespoons chopped peanuts

## Directions

1. Cook noodles according to package.
2. Thinly slice 4 garlic cloves into chip-like pieces, chop 2 green onion stalks, grate 1 tablespoon of garlic.
3. In a pan, heat sesame and olive oil.
4. Add the garlic chips and ginger then cook until golden. Add a pinch of red pepper flakes. Stir to prevent burning.
5. In a heat-safe bowl, pour the garlic-oil mixture in and mix in the green onions, soy sauce, brown sugar, and rice wine vinegar.
6. Mix the sauce with the cooked noodles.
7. Enjoy!

## **Nutrition Quick-Fact**

**Garlic has antiviral properties and can help boost your immune system!**

# Fideos con ajo y chile

4 porciones

## Ingredientes

- Fideos de su preferencia
- 5 dientes de ajo
- 2 tallos de cebolleta
- 1 cucharada de aceite de ajonjolí
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Pizca de hojuelas de chile rojo
- 1 cucharadita de salsa de soja
- ½ cucharadita de azúcar morena
- 1 cucharadita de vinagre de arroz
- Opcional: Agregar 2 cucharadas de maní picado

## Instrucciones

1. Cocinar los fideos según las instrucciones del empaque.
2. Rebanar muy finamente los dientes de ajo, picar los tallos de cebolleta y rallar una cucharada de ajo.
3. En una sartén, calentar el aceite de ajonjolí y el aceite de oliva.
4. Agregar el ajo rebanado y el jengibre, y cocinar hasta que doren. Agregar una pizca de hojuelas de chile rojo. Mezclar para evitar que se quemem.
5. En un tazón apto para preparaciones calientes, colocar la mezcla del aceite con el ajo y agregar las cebolletas, la salsa de soja, el azúcar morena y el vinagre de arroz.
6. Mezclar la salsa con los fideos cocidos.
7. ¡A disfrutar!

## Información nutricional

¡El ajo tiene propiedades antivirales y puede ayudar a estimular su sistema inmunológico!