

Nudeln Rezepte

Asiatisches Nudelgericht

Anzahl: 4 Portionen Gattung: Asien. Pikant, Herzhaft, Exotisch

Zutaten:

360 g	Putenbrust-Schnitzel	3	Essl. Soja Sauce pikant
200 g	Paprika, rot		Wenig Sambal Oelek
2	Essl. Erdnussöl	200 ml	Süss-Saure Sauce
350 g	Sojakeime, abgetropft	250 g	Eiernudeln

Putenbrust evtl. auftauen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Den Paprika entkernen, waschen und in Streifen schneiden.

Einen El Öl in der Pfanne erhitzen (evtl. Wok), das Fleisch darin kurz anbraten, die Peperoni zufügen, mitdämpfen.

Die Sojakeime unter kaltem Wasser kurz abspülen, abtropfen lassen und zum Fleisch geben. Alles mit Soja Sauce, Sambal Oelek und Süss-Sauer Sauce würzen, dann zugedeckt auf die Seite stellen.

Die Eiernudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Vorschrift zubereiten mit Gabel lockern, und das Wasser abgießen, mit restlichem Öl vermischen.

Die Fleisch/Gemüsemischung zu den Nudeln geben, sorgfältig mischen, nochmals kurz erhitzen und Servieren. (Im Wok die Nudeln zum Fleisch geben, nochmals kurz erhitzen und darin Servieren.)

Tipp: An Stelle von Chinesischen Eiernudeln können auch Reismudeln verwendet werden.

Vorbereitungszeit: ca. 15 Min. Zubereitungszeit: ca. 10 Min.