Rezept

Scharfe Putenpfanne

Ein Rezept von Scharfe Putenpfanne, am 28.04.2024

Zutaten

	Salz
2	Putenschnitzel (ca. 300 g)
2 EL	Öl
3	Frühlingszwiebeln
1/4	Chinakohl (ca. 150 g)
je 2 EL	Sojasauce und süßscharfe Chilisauce
125 g	Mie-Nudeln
	Cayennepfeffer
2 EL	Cashewnusskerne
1	rote Paprikaschote
2	cm Ingwer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Nudeln nach Packungsangabe zubereiten, in einem Sieb abtropfen lassen. Inzwischen Schnitzel waschen, trocken tupfen, längs halbieren, in Streifen schneiden, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. 1 EL Öl erhitzen, Fleisch und Cashews darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 3-4 Min. braten, abgedeckt beiseitestellen.

2. Während das Fleisch brät, die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, längs halbieren und in 3 cm lange Stücke schneiden. Paprika vierteln, putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Kohl putzen, vom Strunk befreien und in ca. 2 cm große Quadrate schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen und alles darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 3-4 Min. braten. Fleisch, Nüsse und Nudeln untermischen, mit Soja- und Chilisauce würzen. 3-4 Min. unter Rühren weiterbraten, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.