

Rezept

Frittierte Glasnudeln

Ein Rezept von Frittierte Glasnudeln, am 25.05.2024

Zutaten

200 g Schweinehackfleisch	2 EL Reiswein
2 Stangen Sellerie	1 kleine rote Paprikaschote
1 Möhre	1 Stück Ingwer (1-2 cm)
4 Knoblauchzehen	2 EL + 3/4 l 2 EL Öl + 3/4 l Öl zum Frittieren
2 EL scharfe schwarze Bohnensauce	4 EL Sojasauce
150 g Glasnudeln	

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Das Schweinehackfleisch mit dem Reiswein mischen und erst mal stehen lassen. Sellerie und Paprika waschen, Möhre schälen. Paprika halbieren und das »Innenleben« herauszupfen. Alle Gemüse in kleine Würfel schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Im Wok oder in einer Pfanne 2 EL Öl heiß werden lassen. Ingwer und Knoblauch darin anbraten. Gemüse dazu und 2 Minuten rühren und braten. Das Fleisch dazu und weiterbraten, bis es krümelig ist. Damit das gelingt, während des Rührens das Fleisch immer wieder mit dem Kochlöffel ein wenig flacher drücken und auseinander lösen.
3. Jetzt die Bohnensauce, die Sojasauce und 1/8 l Wasser dazugeben, unterrühren und die Sauce heiß halten.
4. Frittieröl gut heiß werden lassen. Einen Kochlöffelstiel (aus Holz) reinhalten. Wenn viele Bläschen rundherum springen, ist das Öl heiß genug. Dann die Glasnudeln in zwei oder auch drei Portionen teilen, etwas auseinander zupfen und nacheinander ins Öl legen. Wenn die Nudeln größer und schneeweiß geworden sind, mit dem Schaumlöffel wieder aus dem Öl rausfischen. Sind alle Nudeln frittiert, auf Schälchen verteilen, mit Sauce bedecken und gleich essen.