Rezept

Gebratene Woknudeln mit Tofu

Ein Rezept von Gebratene Woknudeln mit Tofu, am 22.05.2025

Zutaten

250 g	Wok-Nudeln
20 g	frischer Ingwer
2	Chilschoten
1	Lauchstange
1/2	Chinakohl
1-2 TL	Currypulver
125 ml	Gemüsebrühe
1 EL	brauner Zucker
	Salz
2	Knoblauchzehen
200 g	fester Tofo
1	Paprikaschote
2 EL	Öl
1 kleine Dose	Kokosmilch (160 ml)
3 EL	Sojasauce
	etwas frisches Koriandergrün

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 682 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach der Packungsanleitung in Salzwasser bissfest garen. Abgießen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen.

2. Den Ingwer und den Knoblauch schälen, die Chilischoten waschen und putzen. Alles fein hacken und mischen.

3. Den Tofu mundgerecht würfeln. Das Gemüse waschen und putzen. Den Lauch in Ringe, die Paprikaschote und den Chinakohl in Streifen schneiden.

4. Das Öl in einem Wok oder in einer großen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, die Ingwermischung darin leicht anbraten. Tofu ganz kurz mit anbraten, dann auch den Lauch und die Paprikastreifen. Etwas Currypulver darüberstreuen.

5. Die Nudeln, den Chinakohl, die Kokosmilch und die Brühe zu den übrigen Zutaten geben. Alles vorsichtig verrühren und noch ca. 5 Min. garen. Mit Sojasauce und Zucker abschmecken. Koriandergrün waschen, trocken tupfen und grob hacken, über die anderen Zutaten streuen.