

Rezept

Gebratenes Huhn mit Nudeln und Garnelen

Ein Rezept von Gebratenes Huhn mit Nudeln und Garnelen, am 27.04.2024

Zutaten

100 g Reis-Bandnudeln	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 rote Paprikaschote	2 Knoblauchzehen
100 g Shiitakepilze	1 kleine Dose Bambussprossen (ca. 230 g)
400 g Hähnchenbrustfilet	150 g Garnelen
2 EL Öl	1 EL Reissessig
2 EL Fischsauce oder Austernsauce	1 TL Zucker
helle Sojasauce	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
Koriandergrün zum Bestreuen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsangabe mit heißem Wasser übergießen und quellen lassen oder in Wasser bissfest kochen. Inzwischen die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und schräg in feine Ringe schneiden. Die Paprikaschote halbieren, Trennwände und Kerne entfernen, die Hälften waschen und in schmale Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken.
2. Die Pilze putzen, mit einem feuchten Tuch abreiben, die Stiele herausdrehen und wegwerfen, die Hüte in Streifen schneiden. Die Bambussprossen abtropfen lassen, eventuell klein schneiden.
3. Das Hähnchenbrustfilet kalt abwaschen und trocken tupfen. In feine Streifen schneiden. Die Garnelen ebenfalls kalt abbrausen, die Schale ablösen, dabei den Schwanzfächer dranlassen. Garnelen trocken tupfen.
4. Das Öl in einem Wok stark erhitzen. Frühlingszwiebeln, Paprika und Knoblauch einrühren und kurz anbraten. Die Pilze dazugeben, dann die abgetropften Bambussprossen. Das Gemüse an den Rand schieben, das Hähnchenfleisch und die Garnelen nach und nach in der heißen Mitte des Woks anbraten. Alles mischen und bei starker Hitze unter ständigem Rühren noch 1-2 Min. braten.
5. Den Essig mit Fisch- oder Austernsauce, Zucker, etwas Sojasauce und Pfeffer verrühren und in den Wok gießen. Die Nudeln in einem Sieb gut abtropfen lassen und unter die übrigen Zutaten im Wok mischen. Alles noch ca. 1/2 Min. unter Rühren braten. Abschmecken und mit Koriandergrün bestreut servieren.