

Rezept

Ingwermöhren mit Nudeln

Ein Rezept von Ingwermöhren mit Nudeln, am 26.05.2026

Zutaten

1 kg Möhren	4 Knoblauchzehen
50 g frischer Ingwer	3 EL Sesam
1 Bund glatte Petersilie	Salz
400 g Bandnudeln	1 EL Öl
60 g Butter	2 EL brauner Zucker
200 ml Orangensaft	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren schälen, längs halbieren und mit dem Sparschäler in Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und sehr fein hacken. Sesam in einer Pfanne trocken rösten, bis er duftet. Petersilie waschen und grob hacken.

2. Salzwasser zum Kochen bringen, die Nudeln nach Packungsangabe bissfest garen.

3. Inzwischen Öl und 30 g Butter erhitzen, Ingwer und Knoblauch 1-2 Min. braten. Möhren dazugeben, 3-4 Min. braten, bis die Möhren knapp gar sind. Dabei vorsichtig wenden. Braunen Zucker darüber streuen, 1-2 Min. weiterschmoren, mit Orangensaft ablöschen und salzen. Mit Petersilie bestreuen.

4. Restliche Butter schmelzen, über die Nudeln geben, mit Sesam bestreuen. Nudeln und Möhren zusammen anrichten.