

Rezept

Knuspernudeln

Ein Rezept von Knuspernudeln, am 23.04.2024

Zutaten

250 g chinesische Eiernudeln (Asienladen)	Salz
200 g gekochter Schinken am Stück	1 rote Paprikaschote
100 g TK-Erbsen	1 kleine Dose Mais (200 g)
3 Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 TL Speisestärke	6 EL Gemüsebrühe (Instant)
je 2 EL Sojasauce und Tomatenmark	3 TL Obstessig
2 TL Zucker	Saft von 1 Orange
6 EL Öl	1 Kästchen Gartenkresse

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 650 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest garen. Abgießen und abtropfen lassen. Den Schinken würfeln. Paprika putzen, waschen und klein würfeln. Erbsen antauen, Mais abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen.
2. Für die Würzsauce die Stärke mit der Brühe glatt rühren. Sojasauce, Tomatenmark, Essig, Zucker und Orangensaft unterrühren.
3. 4 EL Öl im Wok erhitzen. Nudeln hineingeben, verteilen und bei starker Hitze 5 Min. braten, bis die Unterseite knusprig ist. Den Nudelfladen wenden, auf der anderen Seite noch 3 Min. braten. Herausheben und warm halten.
4. Das übrige Öl im Wok stark erhitzen. Paprika und Frühlingszwiebeln hineingeben, Knoblauch dazudrücken. Alles bei starker Hitze ca. 2 Min. pfannenrühren. Schinken, Erbsen und Mais dazugeben, alles 1 Min. braten. Würzsauce noch einmal durchrühren, in den Wok gießen. Alles unter ständigem Rühren 1 Min. kochen lassen, über die Nudeln geben. Die Kresse kalt abrausen und über die Nudeln schneiden.