Rezept

Kräuter-Nudeln auf asiatische Art

Ein Rezept von Kräuter-Nudeln auf asiatische Art, am 19.04.2024

Zutaten

250 g	chinesische Weizennudeln (Mie-Nudeln)
2 EL	Sesamöl
1	große rote Paprikaschote
2	Knoblauchzehen
1/2 Bund	Thai-Basilikum (ersatzweise Basilikum)
4 EL	helle Sojasauce
	Salz
200 g	Shiitake-Pilze
1 Stück	Ingwer (ca. 2 cm)
1/2 Bund	Schnittknoblauch
4 EL	Erdnussöl
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Nudeln nach Angabe in Salzwasser garen, abgießen und abtropfen lassen. Mit dem Sesamöl mischen.

2. Pilze abreiben, Stiele entfernen, Hüte halbieren oder vierteln. Paprika waschen, putzen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein würfeln. Kräuter waschen, abtrocknen und grob schneiden.

3. Im Wok oder in einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Erst Ingwer und Knoblauch, dann Pilze und Paprika dazugeben und alles bei mittlerer Hitze 3 Min. unter Rühren braten. 2 EL Öl und Nudeln bei mittlerer Hitze 4-5 Min. mitbraten. Mit Sojasauce, Salz und Pfeffer würzen. Kräuter vor dem Servieren untermischen.