

Rezept

Nudeln mit Entenbrust und Thai-Basilikum

Ein Rezept von Nudeln mit Entenbrust und Thai-Basilikum, am 29.09.2023

Zutaten

150 g Mie-Nudeln (Instantnudeln)	Salz
1 Bund Thai-Basilikum	2 kleine Entenbrustfilets ohne Haut
1 Stück frischer Ingwer	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	1 frische rote Chilischote
2 zarte Möhren	2 dünne Zucchini
4 EL Fischsauce	1 EL Speisestärke
1 EL brauner Zucker	150 ml Hühnerbrühe
2 EL Pflanzenöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser garen, abschrecken und abtropfen lassen. Inzwischen das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, in feine Streifen schneiden und beiseitelegen. Fleisch in sehr schmale Streifen schneiden.
2. Ingwer, Schalotten und Knoblauch schälen und hacken. Chilischote putzen, entkernen, waschen und in Streifchen schneiden. Die Möhren schälen, die Zucchini waschen. Das Gemüse längs erst in feine Scheiben, dann in Streifen schneiden.
3. Fischsauce, Speisestärke, Zucker und Hühnerbrühe zu einer Würzsauce verrühren. In einem Wok 1 EL Öl erhitzen. Das Fleisch darin unter Rühren 1-2 Min. anbraten und herausnehmen.
4. Restliches Öl im Wok erhitzen. Knoblauch, Ingwer, Schalotten und Chili im Wok braten. Möhren und Zucchini 2-3 Min. unter Rühren mitbraten. Die Würzsauce angießen und aufkochen.
5. Fleisch und Nudeln untermischen. Alles zusammen 2-3 Min. sanft garen. Nudeln im Wok mit Kräuterblättchen bestreut servieren.