

Rezept

Reisnudeln mit scharfem Tofu

Ein Rezept von Reisnudeln mit scharfem Tofu, am 19.12.2025

Zutaten

200 g Tofu

1 EL Sesamöl

150 g mittelbreite Reisnudeln

2 Frühlingszwiebeln

2 EL Öl

2 EL Sojasauce

1 TL Sambal Oelek

Salz

50 g Sojasprossen

2 TL Korianderblättchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 555 kcal

Zubereitung

1. Den Tofu zerkrümeln und mit 1 EL Sojasauce, ½ EL Sesamöl und dem Sambal oelek verrühren. Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Sprossen waschen.
2. Den Wok erhitzen und das Öl hineingeben. Den Tofu einröhren und bei starker Hitze ca. 1 Min. braten. Sprossen und Frühlingszwiebeln ca. 1 Min. mitbraten. Die Nudeln in ein Sieb abgießen und tropfnass mit der restlichen Sojasauce und dem übrigen Sesamöl unterrühren. Das Gericht eventuell salzen und mit Koriander bestreut servieren.