

Rezept

Rettich-Pak-Choi-Ramen

Ein Rezept von Rettich-Pak-Choi-Ramen, am 29.05.2023

Zutaten

1 Frühlingszwiebel	40 g eingelegter gelber Rettich (Asienladen)
1 kleiner Pak Choi (100 g)	50 g Zuckerschoten
1 Ei (M)	Salz
2 TL geröstetes Sesamöl (Asienladen)	800 ml Gemüsefond
400 g vorgegarte Instant-Ramen-Nudeln (Asienladen)	6 EL Sojasauce
2 EL getrocknete Instant-Algenflocken (z. B. Nori, Wakame; Asienladen)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal, 9 g F, 19 g EW, 84 g KH

Zubereitung

1. Frühlingszwiebel waschen, putzen und in Ringe schneiden. Rettich in Scheiben schneiden. Pak Choi waschen, putzen, grob schneiden, dabei Grün und weißes Blattende trennen. Zuckerschoten waschen.
2. Das Ei in 6 Min. wachweich kochen. Sofort kalt abspülen, pellen und in Eiswasser auskühlen lassen. Dann längs halbieren. Zuckerschoten und weiße Pak-Choi-Blattheile 1 Min. in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen und abschrecken. Mit Sesamöl marinieren.
3. Den Fond in einem breiten Topf aufkochen und in 10 Min. bei starker Hitze offen auf ca. 600 ml reduzieren lassen. Die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen. Sojasauce auf zwei Schalen verteilen und mit dem heißen Fond aufgießen. Die Nudeln zugeben und aufdrehen. Ei, Pak Choi, Zuckerschoten, Rettich und Frühlingszwiebel darauf anrichten. Die Ramen mit Algen-Flocken bestreut servieren.