Rezept

Scharfe Shanghai-Nudeln

Ein Rezept von Scharfe Shanghai-Nudeln, am 18.05.2025

Zutaten

200 g	asiatische Eiernudeln
1	rote Paprikaschote
4	Frühlingszwiebeln
100 g	gegarte Garnelen oder Krabben
4 EL	Sojasauce
1-2 TL	Chilisauce
	Sonnenblumenöl zum Braten
70 g	Zuckerschoten
250 g	Chinakohl
100 g	gekochter Schinken
2	Eier
50 ml	Gemüsebrühe
1/2 TL	Currypulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Nudeln nach Packungsangabe garen, in ein Sieb gießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Gemüse waschen und putzen. Zuckerschoten längs in schmale Streifen schneiden. Paprika und Chinakohl in feine Streifen schneiden. Von den Frühlingszwiebeln das Weiße in 3 cm lange Stücke, das Grün in feine Ringe schneiden. Schinken längs halbieren und in schmale Streifen schneiden. Garnelen abtropfen lassen. Eier mit 1 EL Sojasauce nur ganz leicht verquirlen.

2. 1 EL Öl im Wok oder in einer Pfanne stark erhitzen. Weiße Zwiebelstücke, Paprika und Zuckerschoten darin bei starker Hitze 2-3 Min. mit 1 EL Sojasauce und 1-2 EL Brühe rührbraten. Gemüse herausnehmen, evtl. etwas Öl nachgießen. Chinakohl mit 1 TL Chilisauce und 1-2 EL Brühe 1-2 Min. braten. Herausnehmen.

3. Den Wok mit Küchenpapier sauber reiben. 3 EL Öl heiß werden lassen. Nudeln darin 1 Min. rührbraten, Schinken, Garnelen, übrige Soja- und Chilisauce sowie Currypulver unterrühren, 1 Min. weiterbraten. Ei über die Nudeln gießen und 1-2 Min. weiterrühren, bis es gestockt ist. Gemüse unterheben, kurz heiß werden lassen. Nudeln mit Zwiebelgrün bestreuen, servieren.