

Rezept

Thai-Nudeln mit Huhn

Ein Rezept von Thai-Nudeln mit Huhn, am 04.12.2024

Zutaten

60 g Reisnudeln	100 g Hähnchenbrustfilet
1 Knoblauchzehe	etwa 1 cm frischer Ingwer
1/2 TL Olivenöl	Salz
150 g TK-Gemüse »asiatische Mischung« (ungewürzt)	1 EL Sojasauce
50 ml Gemüsebrühe	5 EL Kokosmilch
1/4 TL Sambal oelek	1 EL gehacktes Koriandergrün

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 PERSON | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Reisnudeln nach Packungsangabe einweichen bzw. kurz kochen, abgießen und abtropfen lassen.

2. Inzwischen das Fleisch in feine Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen, sehr fein würfeln, mit dem Fleisch mischen.

3. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, das Fleisch darin unter Rühren anbraten, salzen. Mit dem TK-Gemüse noch 1-2 Min. unter Rühren braten.

4. Sojasauce, Brühe und Kokosmilch angießen, alles mit Sambal oelek würzen und offen 3-5 Min. bei mittlerer Hitze leise kochen lassen. Die Nudeln darin warm werden lassen. Mit Koriandergrün bestreut servieren.