

Rezept

Udon-Nudelpfanne

Ein Rezept von Udon-Nudelpfanne, am 21.05.2025

Zutaten

400 g frische Udon-Nudeln (Asienladen)

150 g Rettich

1 rote Zwiebel

2 EL Öl

1 TL Zucker

1 EL gerösteter Sesam

300 g Paksoi (ersatzweise Mangold)

4 Shiitake-Pilze (ersatzweise 8 große Champignons)

100 g Tofu

2 EL Mirin (süßer japanischer Reiswein, ersatzweise Sherry Amontillado)

6 EL Sojasauce

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 510 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsangabe in 500 ml kochendem Wasser 2 Min. garen. Abgießen und abtropfen lassen.

2. Den Paksoi waschen, putzen, längs halbieren und quer in breite Streifen schneiden. Den Rettich putzen und schälen. Erst in Scheiben, dann in 1 cm breite Streifen schneiden. Pilze trocken abreiben und putzen. Die Stiele entfernen, die Hüte in Streifen schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in Ringe schneiden. Den Tofu schräg in Scheiben schneiden.

3. Erst den Wok, dann das Öl darin erhitzen. Die Zwiebel 2-3 Min. unter Rühren braten. Die Rettich- und Pilzstreifen einstreuen und 2 Min. pfannrühren. Nacheinander die Nudeln, den Paksoi und den Tofu in den Wok geben. Mit Mirin, Zucker und Sojasauce würzen. Alles gut mischen und 2-3 Min. erhitzen, bis die Sauce kocht. Mit Sesam bestreuen und sofort servieren.