

Rezept

Vegetarisches Pad Thai

Ein Rezept von Vegetarisches Pad Thai, am 18.12.2025

Zutaten

175 g	breite Reisnudeln (Asialaden)	Salz
40 g	geröstete, gesalzene Cashewkerne	2 Limetten
150 g	Mungobohnensprossen (Glas)	1/2 Bund frischer Koriander
2	Knoblauchzehen	1 frische rote Chilischote
1 Bund	Frühlingszwiebeln	150 g Tofu
1	Ingwer	2 Eier
daumengroßes Stück		3 EL Sojasauce
		3 EL Öl
Saft von 1 Limette		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 801 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln in einen Topf mit reichlich kochendem Salzwasser streuen und nach Packungsanleitung garen. Auf ein Sieb gießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
2. Die Cashewkerne fein hacken. Die Limetten auspressen. Die Sprossen auf einem Sieb kalt abspülen. Den Koriander waschen, trocken schütteln und abzupfen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Chilischote waschen, putzen, entkernen und in Ringe schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Den Tofu würfeln. Den Ingwer schälen, in einer Knoblauchpresse ausdrücken und den Saft beiseitestellen.
3. In einer Schüssel die Eier mit 1 EL Sojasauce verquirlen. 1 TL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Eimasse hineingeben und bei mittlerer Hitze in ca. 2 Min. stocken lassen, wenden und noch 1-2 Min. braten. Herausnehmen, aufrollen und in Streifen schneiden, die ebenso breit sind wie die Reisnudeln.
4. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Tofu darin in ca. 2 Min. rundherum anbraten. Frühlingszwiebeln, Chiliringe, Knoblauch und Sprossen dazugeben und ca. 1 Min. braten. Die Nudeln mit den Eierstreifen in die Pfanne geben und ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze braten. Mit 2 EL Sojasauce, Ingwersaft, Limettensaft und Salz würzen. Korianderblätter und Cashewnüsse darüberstreuen, auf zwei Tellern anrichten und servieren.