

Rezept



Asiatische Gemüse-Nudeln

Farbige Nudeln für kleine Entdecker.

35 Min

Aktive Zeit



35 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

MENGENANGABEN:

- 250 g **Mie-Nudeln**
- 2 EL **Rapsöl**
- 150 g **Champignons, in Scheiben**
- 1 **rote Peperoni, in feinen Streifen** Saison
- 1 **Zucchini, ca. 200 g, in feinen Streifen** Saison
- 140 g **tiefgekühlte Erbsen** Saison
- Salz, Pfeffer**
- 1 **Knoblauchzehe, fein gehackt** Saison
- 1 EL **Ingwer, fein gehackt**
- 4 EL **Sojasauce**
- 6 EL **Sweet and Sour Sauce**
- 1 dl **Wasser**
- 1 **Bundzwiebel, in feinen Ringen** Saison

Und so wird's gemacht

1 von 1

ZUBEREITEN

Nudeln ca. 3 Min. in siedendem Salzwasser knapp weichkochen. Wasser abgiessen, Nudeln mit kaltem Wasser abspülen, gut abtropfen lassen. Nudeln auf ein Küchentuch auslegen, kurz trocknen lassen. Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen, Pilze scharf anbraten, Hitze reduzieren, Peperoni, Zucchini und Erbsen beifügen, würzen, ca. 5 Min. rührbraten. Knoblauch und Ingwer dazugeben, ca. 2 Min. mitrührbraten. Nudeln beifügen, Sojasauce bis und mit Wasser beifügen, kurz aufkochen, bis die Nudeln heiss sind. Gemüse-Nudeln anrichten, Zwiebel darüberstreuen.