



Scharfe Asia-Nudeln

Du brauchst:

- ✓ 2 große Karotten
- ✓ ¼ Krautkopf weiß (klein)
- ✓ 75 g Beinschinken
- ✓ 100 g dünne Bandnudeln
- ✓ 3 EL Sojasauce (salzreduzierte)
- ✓ 2 EL Öl zum Braten
- ✓ ½ EL Sambal Oelek
- ✓ Salz, Pfeffer, Petersilie (Garnitur)



Tipps und Tricks:

*Wer es nicht so scharf mag,
lässt das Sambal einfach
weg.*

Zeitaufwand: 25 Minuten

Zubereitung:

Schneide die Karotten, das Kraut und den Schinken in Streifen. Stelle das Nudelwasser zu. Lege ein paar Karottenstreifen für die Garnitur zur Seite. Brate das Gemüse in einer Pfanne knackig (ca. 5 – 7 Minuten), würze mit Sojasauce und Sambal. Koche die Nudeln in gesalzenem Wasser bissfest. Gib die Schinkenstreifen und die gekochten Bandnudeln zum Gemüse. Mische alles gut durch, schmecke nach Geschmack mit Salz und Pfeffer ab. Richte die Nudeln auf tiefen Tellern an und garniere mit Karotten und Petersilie.

