

Nudeln Rezepte

Gebratene Nudeln Mit Soja

Gattung: 4 Portionen

Gattung: Nudel, Teigware, Tomate

400 g	Nudeln (Spaghetti)	2 Essl. Sesamöl
2	Rote Zwiebeln	1 Essl. Ketchup
1 Bund	Frühlingszwiebeln	2 Essl. Helle Sojasauce
2	Vollreife Tomaten	1 Teel. Chinesische Sojasauce
200 g	Sojabohnenkeime - (frisch o. Glas)	1 Essl. Eingelegte grüne -Pfefferkörner

Nudeln bissfest kochen. Zwiebeln und geschälte Tomaten würfeln. Frische Keimlinge blanchieren, Keimlinge aus dem Glas nur abtropfen lassen. Öl in einer hochwandigen Pfanne erhitzen, Keimlinge anbraten und herausnehmen. Dann Zwiebeln darin glasig braten. Nudeln mit der Hälfte der Tomaten, dem Ketchup und den Saucen zugeben und 3 bis 4 Min unter ständigem rühren braten. Zum Schluss Keimlinge und Pfeffer unterrühren und mit den restlichen Tomatenwürfeln garnieren.

Variationen:

Wer es etwas schärfer mag, kann den Ketchup durch 1 El Sweat & Sour - Sauce und den Pfeffer durch eine gehackte Chili-Schote ersetzen. :Zum Schluss 2 Eier verquirlen, über das Gericht gießen und stocken lassen.

Beilage: Blattsalat mit Vinaigrette