

Nudeln Rezepte

Eiernudeln Mit Sojasprossen

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Exotisch, Eier, Nudeln, Gemüse

300 g Chinesische Eiernudeln
200 g Sojabohnensprossen
2 Frühlingszwiebeln
3 Knoblauchzehen
50 g Roher Schinken

3 Essl. Öl
2 Essl. Fischsauce
2 Essl. Austernsauce
1 Essl. Zucker

Bamie Pad Mild - Geht schnell 1. In einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen. Nudeln hineingehen und etwa 4 Min. (nach Packungsvorschrift) garen. In ein Sieb gießen, mit kaltem Wasser kurz abspülen und gründlich abtropfen lassen.

2. Sojabohnensprossen waschen, evtl. braune Enden abschneiden. Frühlingszwiebeln putzen, der Länge nach halbieren, waschen und in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Schinken in kleine Würfel schneiden.

3. Öl in einer Pfanne oder im Wok erhitzen, Knoblauch und Schinken darin bei mittlerer Hitze etwa 1 Min. anbraten. Abgetropfte Nudeln dazugeben, gut untermischen und alles etwa 1 Min. braten.

4 Sojabohnensprossen, Frühlingszwiebeln, Fisch- und Austernsauce sowie den Zucker hinzufügen, alles gut vermischen und bei mittlerer Hitze etwa 2 Min. garen. bis die Zutaten heiß sind. Die Sojabohnensprossen sollten noch knackig sein.

Das Gericht sofort servieren.