



Asiatische Bratnudeln

Nudeln in 2 l kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten kochen (Packungsanweisung beachten). Nicht zu weich, da sie noch gebraten werden. Im Sieb abgießen und abtropfen lassen. Hähnchenfleisch in fingerdünne Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und ganz fein hacken. Chilischoten zerbröseln und ebenfalls klein hacken. In einer großen Pfanne oder im Wok 3-4 EL Öl erhitzen und Hähnchenfleisch 1-2 Minuten kräftig braten. An die Seite schieben und in die Mitte mit frischem Öl Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Chili anbraten. Zum Schluss die Nudeln dazugeben und mit Sojasauce und Zitronensaft begießen und abschmecken.

Zubereitungszeit: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: normal
kJ/kcal p. P.: 630 /



Zutaten für 4 Portionen:

- 250 g chinesische Eiernudeln, asiatisch
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 1 Bund Frühlingszwiebel(n)
- 1 Stück Ingwer
- 2 Zehe/n Knoblauch
- 1 Chilischote(n), getrocknet
- 5 EL Öl, neutral
- 3 EL Sojasauce
- 1 EL Zitronensaft
- Salz

Verfasser: Leen



www.chefkoch.de



www.chefkoch.de



www.chefkoch.de

www.chefkoch.de

www.chefkoch.de

www.chefkoch.de

www.chefkoch.de

www.chefkoch.de

