



von Gabriela Stammbach

Chinesische Nüdeli mit Gemüse, Poulet und Ingwer

Zubereitung:

Pouletfleisch auftauen lassen, in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden. Marinade: Knoblauch mit Zucker, Essig, Sherry, Sojasauce, Cayennepfeffer und 1 EL Sesamöl vermischen.



Frischen Ingwer schälen, raffeln, begeben. Fleisch mit Marinade mischen, mind 1 Std. kühl stellen. Pilze in lauwarmem Wasser einweichen. Peperoni/Peperoncini in feine Streifen, Frühlingszwiebeln (mit Kraut) in dünne Ringe schneiden. Pilze gut ausdrücken, rüsten, zerschneiden. Nudeln in Salzwasser «al dente» kochen, abtropfen, warmstellen. Fleisch aus Marinade nehmen, abtropfen lassen (restl. Marinade behalten) und in 1 EL Erdnussöl kräftig anbraten, herausnehmen. Alles Gemüse in 1 EL Sesamöl 3-4 Min. dämpfen, ablöschen, restl. Marinade zugeben, würzen. Fleisch zum Gemüse geben, durchwärmen lassen und auf den Nudeln anrichten.