

Asiatisch marinierte Mie-Nudeln mit gegrilltem Feta

Für zwei Personen

Für den Käse:

4 Scheiben Feta	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 rote Chili	5 ml Olivenöl	1 Zitrone (Abrieb, Saft)
1 TL Koriandersamen	2 EL Akazienhonig	Chili, Salz

Für die Nudeln:

300 g Mie-Nudeln	$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika
50 g Mangold	50 g Zuckerschoten	50 g Champignons
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	50 g Ingwer
2 EL Sojasauce	200 ml Gemüsefond	1 EL schwarzer Sesam
1 TL fruchtiges Curry	2 EL Sesamöl	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
Chili	Salz	

Für den Käse:

Schalotte, Knoblauch abziehen und grob würfeln. Die Chili halbieren, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls würfeln. Schalotten, Knoblauch, Chili zusammen mit Öl, Zitronenabrieb und Saft und Korianderkörnern in einer Moulinette zu einer feinen Würzpaste verarbeiten. Den Käse damit einreiben und für 15 Minuten marinieren. In einer Grillpfanne von beiden Seiten 5 Minuten grillen.

Für die Nudeln:

Die Nudeln mit kochendem Wasser überbrühen und etwa 10 Minuten ziehen lassen. Die Paprika waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, mit einem Sparschäler die Haut abschälen und in feine Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben. Mangold und Zuckerschoten waschen, Champignons putzen und in feine Streifen schneiden. Koriander abbrausen und trockenwedeln.

Das Sesamöl erhitzen, Schalotten, Ingwer und Knoblauch darin anschwitzen und das restliche Gemüse zugeben. 3 Minuten scharf anbraten, mit Sojasauce und 80 ml Gemüsefond ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen und 3 Minuten köcheln lassen.

Die Nudeln zugeben mit fruchtigem Curry würzen und warm mit dem Gemüse mischen. Mit frischem Koriander und Sesam verfeinern und mit Salz und Chili abschmecken.

Die Mie-Nudeln mit dem gegrillten Fetakäse auf Tellern anrichten und servieren.

Kathrin Kamenz am 28. März 2017