

Nudeln, gebraten mit Gemüse

Für 4 Portionen

250 g Mie-Nudeln	8 EL Sojasauce	4 EL Hoisin-Sauce
2 TL Honig	2 EL Limettensaft	2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer	1 Paprika-Schoten	2 Möhren
1 rote Zwiebel	125 g Shiitake-Pilze	3 EL Sonnenblumenöl
150 g Edamame	100 g Mungobohnenkeimlinge	50 g Cashewkerne

Sojasauce, Hoisin-Sauce, Honig und Limettensaft zu einer Marinade verrühren. Knoblauch und Ingwer schälen, klein hacken und hinzufügen.

Paprika waschen, Möhren und Zwiebel schälen, Pilze putzen. Alles in feine Streifen schneiden.

Sonnenblumenöl in einem Wok erhitzen. Das Gemüse, mit Ausnahme der Mungobohnenkeimlinge, darin von allen Seiten anbraten, bis es weich wird. Nudeln und Marinade dazugeben und alles für 1-2 Minuten erhitzen. Zum Schluss die Mungobohnenkeimlinge unterheben und kurz mit erhitzen.

Nudeln auf die Teller verteilen, mit gehackten Cashewkernen bestreuen und mit Sojasauce servieren.

NN am 03. Dezember 2025