

Hähnchen-Teriyaki-Nudeln

Für 4 Portionen

300 g Hähnchenbrustfilet	4 EL Teriyaki-Sauce	2 EL Sojasauce
1 EL Honig	1 TL Sesamöl	2 Knoblauchzehen
1 TL gerieb. Ingwer	200 g Mie-Nudeln	1 rote Paprika, Streifen
1 Karotte, dünne Scheiben	2 Frühlingszwiebeln, Ringe	1 EL Pflanzenöl
Sesamsamen		

Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden, mit 2 EL Teriyaki-Sauce marinieren (15 Min).

Mie-Nudeln nach Packung kochen, abgießen.

Öl in Pfanne erhitzen, Hähnchen anbraten, herausnehmen.

Knoblauch, Ingwer anbraten. Paprika, Karotte hinzufügen, kurz garen.

Hähnchen zurückgeben, restliche Saucen einrühren, kurz köcheln.

Nudeln, Frühlingszwiebeln unterheben, vermengen.

Mit Sesam garnieren, servieren.

NN am 25. August 2025