

Asiatischer Gemüse-RAMEN

ZUTATEN

1 Packung Asia-Nudeln
1 mittelgroße Mohrrübe
1 kleine Zucchini
150g Champignon
2 Liter [Ramen-Würzsoße](#) von J-Kinski
Petersilie
1 Packung Geflügel-Spitzen
Sojasoße
1 mittelgroße Knoblauchzehe
1 mittelgroßen Broccoli
2 Eier
1 Bund Frühlingszwiebeln
Sesamöl



ZUBEREITUNG

Das Geflügel mit etwas Sojasoße, Knoblauch und Honig marinieren. Gut 30 Minuten im Kühlschrank durchziehen lassen.

Die Mohrrübe in feine Streifen schneiden. Die Pilze in mundgerechte Stücke. Den Broccoli in kochendem Salzwasser blanchieren, danach abgießen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zucchini in mundgerechte Stücke teilen.

Das Frühlingslauch in feine Ringe schneiden.

Die Eier in kochendem Wasser 7 Minuten (je nach Größe) weich kochen und anschließend abschrecken und pellen.

Zuerst das Fleisch in einer Pfanne mit Sesamöl anbraten, rausnehmen und bei Seite stellen. Anschließend das Gemüse ebenfalls in der Pfanne kurz anbraten und mit Sojasoße würzen.

Die Brühe in einem Topf erhitzen. Sie sollte aber nicht kochen. Die Nudeln nach Packungsanleitung mit heißem Wasser übergießen und ca. 10 Minuten im Topf quellen lassen.

Anschließend die Nudeln in eine Ramen-Schüssel legen, mit Brühe auffüllen. Zum Schluss das gebratene Gemüse und das Ei darauf napieren.

Mit Frühlingslauch garnieren. Wer mag, darf gern Chilischote im Ramen verwenden :-)



Dauer
50 Minuten



Aufwand
mittel

Küchen
SCHNACK.DE