

- Rezept der Woche -

Pak Choi mit Mie-Nudeln

Zutaten für vier Personen

- 200 g Mie-Nudeln
- ca. 800 g Pak Choi
- 2 rote Paprikaschoten
- 8 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Öl zum Braten
- Etwas Ingwer, geschält und gerieben
- ½-1 TL Chiliflocken
- 2 EL Currypaste, gelb, Menge nach Geschmack
- 1 TL Kurkuma
- etwas Sojasauce
- etwas brauner Zucker
- 300 ml Kokosmilch
- etwas Limettensaft

Zubereitung

- Die Mie-Nudeln nach Packungsanweisung knapp garen und gut abtropfen lassen
- Den Pak Choi putzen, den Strunk entfernen und die einzelnen Blätter lösen und waschen. Den weißen Stiel in dünne Streifen schneiden, das Grüne in breitere Streifen
- Paprikaschoten waschen und würfeln
- Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden
- Knoblauchzehen schälen und fein würfeln
- Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Pak Choi-Stiele und die Paprika anbraten. Lauchzwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Chili und die Gewürze zugeben, kurz mitdünsten und mit der Kokosmilch ablöschen. Drei bis fünf Minuten köcheln lassen. Das Grüne vom Pak Choi zugeben, untermischen und kurz ziehen lassen
- In einer zweiten Pfanne die Nudeln anbraten, zu der Gemüsemischung geben und mit Sojasauce und Limettensaft abschmecken

Guten Appetit!