

OZ. THAI NOODLES



**GROSSER GESCHMACK
IN KLEINEN DOSEN**

BAMIE PHAT GAI-NUDELN MIT PUTENBRUST, BROKKOLI UND PAPRIKA

ZUTATEN

500 G	CHINESISCHE WEIZENUDELN
300 G	PUTENBRUST ODER HÜHNERBRUSTFILET
1 EL	ÖL
1 EL	SOJASAUCE
500 G	BROKKOLI
1 STK.	ZWIEBEL ROT
50 G	INGWER
2 STK.	PAPRIKASCHOTEN ROT
2 STK.	FRÜHLINGSZWIEBEL GRÜN
3 EL	SESAMÖL
1,5 TL	OZ. THAI NOODLES GEWÜRZ
1 EL	SOJASAUCE SÜSSE
10 G	KORIANDERBLÄTTER MIT STIEL

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 35 Min.

Schwierigkeitsgrad: leicht

GEWÜRZE · KRÄUTER · AROMA

oz. Thai Noodles-Gewürz, Ingwer, Koriander frisch



VORBEREITUNG

Fleisch in Streifen schneiden und in Öl und Sojasauce einlegen. Nudeln in Salzwasser vorkochen. Zwiebel, Ingwer, Paprika, Frühlingszwiebel in Streifen schneiden. Brokkoli putzen und blanchieren.

ZUBEREITUNG

- 1 In einem Wok mit heißem Öl das Fleisch anbraten.
 - 2 Zwiebeln, Ingwer, Paprika dazugeben und andünsten.
 - 3 Den Brokkoli ebenfalls dazugeben und kurz mitbraten.
 - 4 Nudeln, Frühlingszwiebel, Sesamöl und oz. Thai Noodles Gewürz hinzugeben und anbraten.
 - 5 Mit der süßen Sojasauce und dem frischen Koriander verfeinern und servieren.
-

OZ.-TIPP

Dieses Gericht ist auch vegetarisch ein Gedicht.

