

# MARLEY SPOON



## Asiatischer Glasnudelsalat

mit Austernpilzen und Erdnüssen



20-30Min.



2 Personen

Es ist immer wieder kaum zu glauben, wie viel Volumen die feinen Glasnudeln ergeben, wenn sie zubereitet werden. Hier sind sie die Basis für einen asiatischen Salat, der mit fleischigen Austernpilzen, knackigem Kohlrabi und vielen frischen Kräutern punktet. Saftige Orangenfilets, ein Hauch Sambal Oelek und natürlich auch Sojasauce sind mit von der Partie. Macht lecker satt, aber nicht dick - was will man mehr!

## Was du von uns bekommst

- Orange
- Erdnüsse <sup>5</sup>
- Kohlrabi
- Austernpilze
- Vermicelli-Glasnudeln
- Sojasauce <sup>1,6</sup>
- frische Minze, Basilikum & Schnittlauch
- unbehandelte Limette
- Mirin
- Sambal Oelek

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Zitronenpresse

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

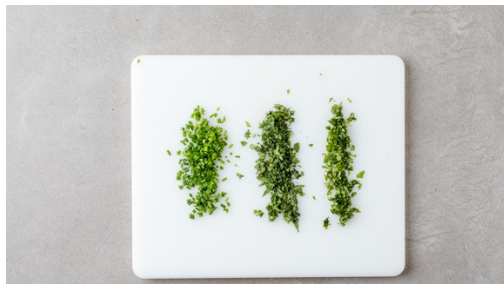
## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 650.0kcal, Fett 15.2g, Eiweiß 16.8g, Kohlenhydrate 103.9g



### 1. Vermicelli kochen

In einem großen Topf 500ml Wasser zum Kochen bringen. Die **Glasnudeln** in das kochende Wasser geben, umrühren und ca. 5-8Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen, bis sie bissfest sind. In ein Sieb abgießen und kurz mit kaltem Wasser abschrecken.



### 4. Kräuter hacken

Die **Basilikum-** und die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.



### 2. Dressing zubereiten

Die **Limettenschale** fein abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Das **Sambal Oelek** mit dem **Mirin** und 1-2EL **Limettensaft** verrühren.



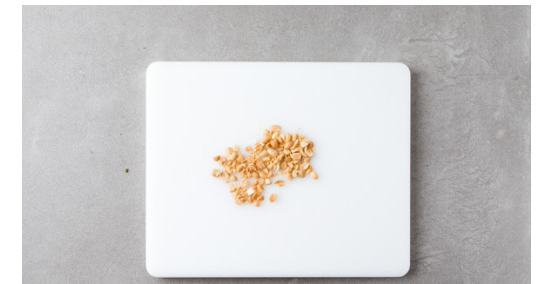
### 5. Pilze braten

Die **Austernpilze** mit etwas Küchenkrepp putzen und mit den Händen in ca. 2-3cm große Stücke zerteilen. In einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 3-5Min. goldbraun anbraten. Den **Limettenabrieb**, den **restlichen Limettensaft** und den **Orangensaft** hinzugeben und mit 1EL **Sojasauce**, Salz und Pfeffer würzen.



### 3. Kohlrabi vorbereiten

Den **Kohlrabi** mit einem Messer schälen, vierteln, in sehr dünne Scheiben schneiden und mit dem **Dressing** mischen. Die **Orange** filetieren: Dazu die Schale so herunterschneiden, dass auch die weiße Haut vollständig vom Fruchtfleisch entfernt wird. Die **Filets** aus den weißen Zwischenräumen schneiden und den **Saft** aus den übrig gebliebenen **Orangenhälften** auspressen.



### 6. Salat fertigstellen

Die **Erdnüsse** grob hacken. Die **1/2 der Nüsse**, den **Kohlrabi**, die **Orangenfilets**, die **Kräuter**, die **restliche Sojasauce** und die **Austernpilze** mit den **Nudeln** vermengen. Erneut abschmecken. **Tipp:** Sollten die **Nudeln** zu lang sein, diese einfach mit einer Schere zerkleinern. Den **Salat** mit den **restlichen Erdnüsse** bestreuen und servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**