

# MARLEY SPOON



## Bunte Asia-Nudelpfanne

mit würziger Kokossauce und Sesam



20-30Min.



2 Personen

Eine köstliche asiatische Nudelpfanne ist schnell zubereitet, und wenn du diese Variante mit frischen Champignons, roter Paprika und einer pikant-cremigen Kokosmilchsauce probiert hast, wirst du uns sicher zustimmen, dass der Imbiss um die Ecke da nicht mithalten kann.

## Was du von uns bekommst

- Lauchzwiebeln
- Kokosmilch
- Mie-Nudeln <sup>1</sup>
- Sesamöl <sup>6,11</sup>
- Sojasauce <sup>1,6</sup>
- Tahini <sup>11</sup>
- Knoblauch
- weiße Champignons
- rote Paprika
- Sambal Oelek
- schwarzer Sesam <sup>11</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 860.0kcal, Fett 46.7g, Eiweiß 25.0g, Kohlenhydrate 80.6g



### 1. Gemüse schneiden

Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Pilzbürste säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in dünne Ringe schneiden.



### 2. Sauce anrühren

In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Kokosmilch** mit der **Sojasauce**, dem **Tahini**, der **1/2 des Sambal Oelek** und dem **Knoblauch** verrühren.



### 3. Gemüse braten

Die **1/2 des Sesamöls** in einer großen Pfanne auf hoher Stufe erhitzen und die **Pilze**, die **Paprika** und die **1/2 der Lauchzwiebeln** ca. 2Min. darin anbraten.



### 4. Sauce fertigstellen

Die **Sauce** zum **Gemüse** in die Pfanne geben, kurz aufkochen lassen, die Temperatur auf niedrigste Stufe reduzieren und ca. 3-5Min. sanft köcheln lassen.



### 5. Nudeln garen

Sobald das Wasser für die **Nudeln** kocht, den Topf vom Herd nehmen, **3/4 der Nudeln** hineingeben und ca. 7-8Min. bissfest ziehen lassen. **Tipp:** Wer mag, kann auch **alle Nudeln** verwenden. Die **Nudeln** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 6. Anrichten und servieren

Die **Kokos-Gemüse-Sauce** über die **Nudeln** geben und nach Geschmack und Schärfewunsch mit dem restlichen **Sesamöl** und **Sambal Oelek** würzen. Mit **schwarzem Sesam** und **Frühlingszwiebeln** garniert 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**