

MARLEY SPOON



Bunte Asia-Nudelpfanne

mit würziger Kokossauce und Sesam



20-30Min.



3-4 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

- Sojasauce ^{1,6}
- Mie-Nudeln ¹
- weiße Champignons
- Lauchzwiebeln
- Kokosmilch
- schwarzer Sesam ¹¹
- Sambal Oelek
- rote Paprika
- Knoblauch
- Tahini ¹¹
- Sesamöl ^{6,11}

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Sieb

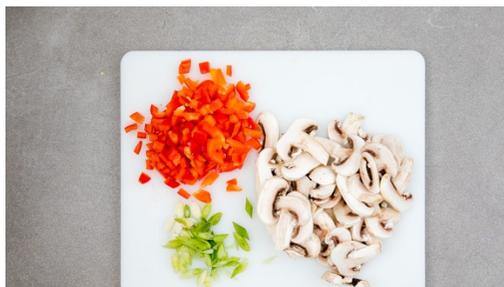
Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 845.0kcal, Fett 45.9g, Eiweiß 23.5g, Kohlenhydrate 80.0g



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.



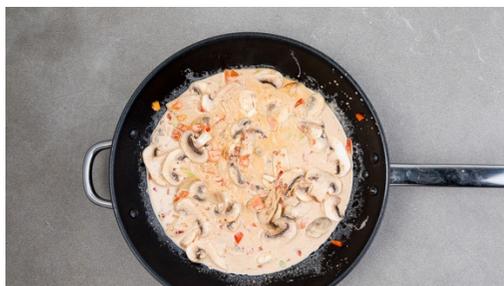
2. Sauce anrühren

In einem großen 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 an.     **#marleyspooning**