Brokkoli-Nudeln

Die Brokkoli-Nudeln sind ein raffiniertes und schnelles Gericht. Das Rezept mit Vollkornnudeln gelingt im Handumdrehen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

300 g	Brokkoli
200 g	Spiralnudeln (Vollkorn)
200 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Kokosmilch
2 TL	Sojasauce
1 TL	brauner Zucker
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die **Brokkoli-Nudeln** den Brokkoli waschen und in Röschen schneiden. Im kochenden Wasser kurz 2-3 Minuten garen.

2. Die Nudeln laut Packungsanleitung al dente kochen.

3. Die Gemüsebrühe in einer Pfanne erhitzen, Sojasauce, Kokosmilch und Zucker zugeben. Unter Rühren einige Minuten etwas eindicken lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Die Nudeln und Brokkoli zugeben und schwenken. Auf Teller anrichten und sofort servieren.

Tipp