Nudeln mit Garnelen und Gemüse

Ein asiatisches Rezept für leckere Nudeln mit Garnelen und Gemüse. So holt man sich den Urlaub in die eigenen vier Wände. Ein absoluter kulinarischer Genuss.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

400 g	Nudeln
250 g	Garnelen
4 EL	Pflanzenöl
1 Stk.	Ingwer
2 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Paprika
2 Stk.	Zucchini
1 EL	Austernsauce
2 EL	Sojasauce
2 TL	Sesamöl

Zubereitung

1. Für die Nudeln mit Garnelen und Gemüse zuerst die Nudeln einweichen. Dazu diese in eine kleine Schüssel mit kaltem Wasser geben.

2. Nun das Gemüse vorbereiten. Dazu den Ingwer und die Zwiebeln schälen. Paprika halbieren und von den Kernen befreien, die Zucchini abwaschen. Alles nach dem Säubern in gleichmäßige Streifen schneiden.

3. Die Garnelen ebenfalls säubern. Diese dazu aus der Schale befreien und der Länge nach leicht einschneiden, um den schwarzen Faden (Darm) zu entfernen.

4. Das Sesamöl in einem Wok erhitzen und Ingwer, Zwiebeln, Paprika und Zucchini darin anbraten. Ist dies kräftig von allen Seiten angebräunt, es aus dem Wok nehmen. Am besten

mit einer Schaumkelle, damit das Fett im Wok bleibt.

5. In diesem heißen Fett die Garnelen bei starker Hitze anbraten. Ist nicht genug Öl im Wok noch ein wenig nachgießen. Dann Austernsauce hinzugeben und die Schalentiere immer wieder schwenken. Haben die Garnelen die richtige Farbe, das Gemüse wieder hinzugeben. Von den eingeweichten Nudeln die Flüssigkeit abschütten und diese hinzugeben. Alles zusammen braten und mit Sojasauce abschmecken. Notfalls noch Austernsauce zufügen.

6. Die leckeren asiatischen Nudeln auf einem tiefen Teller anrichten, sodass die Garnelen oben auf liegen und servieren. Dazu extra Sojasauce reichen.

Tipp

Die asiatischen Nudeln mit Garnelen und Gemüse können, je nach Saison, wunderbar abgewandelt werden. Auch Zuckerschoten und Sellerie schmecken superlecker dazu.