



Chinesische Nudeln mit Gemüse, Soja Sauce und Garnelen

Zubereitungszeit: 35 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten für 4 Personen:

250g King Prawns Provençal
200g Chinesische Nudeln
2 EL Soja Sauce
2 EL Sesamöl
1 EL Austern Sauce
1 TL Sesam
1 EL frische, gehackte Kräuter
200g Lauch
3 Karotten
1 Brokkoli
100g Zuckererbsen
1 gepresste Knoblauchzehe
2 frische Zwiebeln
1 TL Meersalz
Cashewnüsse



Zubereitung:

1. Zu Beginn die Zwiebelringe, die Soja Sauce, die Austern Sauce, das Sesamöl, der Knoblauch und die gehackten Kräuter in einer Schüssel vermengen.
2. Anschließend das Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
3. Nun die Chinesischen Nudeln in einem großen Topf mit Salzwasser für 4 Minuten kochen.
4. Die Wok Pfanne gut erhitzen und das Gemüse in Sesamöl 3 Minuten lang bei starker Hitze andünsten. Daraufhin die Garnelen hinzufügen und weitere 3 Minuten braten. Anschließend mit der zu Beginn hergestellten Sauce ablöschen und die chinesischen Nudeln hinzugeben. Alles gut vermengen und zum Schluss das Gericht mit Meersalz würzen und mit Cashewnüssen bestreuen.