

## Gebratene Nudeln Asia Art

### Zutaten für 6 Personen +

**2 Putenschnitzel**  
**1 Zwiebel**  
**1 Karotte**  
**3 Knoblauchzehen**  
**1 Stück Ingwer 2x2cm**  
**½ rote Paprika**  
**1 Glas feines China Gemüse 175g ab Tropf Gewicht**  
**½ Glas Bambussprossen**  
**150ml Sojasoße**  
**120ml Austernsoße**  
**130ml Thai Chilisoße scharf / süß**  
**400g Mie Nudeln**  
**150 - 200ml Wasser**  
**2TL Brauner Zucker**  
**Chiliflocken, Salz, Pfeffer**



### **So funktioniert es!**

Puten Schnitzel in ca. 1cm Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen

In der Wok Pfanne mit etwas Öl anbraten.

Wenn die ersten Stücke etwas Farbe bekommen 3EL Sojasoße dazu geben und noch 5 Minuten weiter braten  
Das Fleisch, aus der Pfanne, in eine Schüssel geben und zur Seite stellen.

### **So geht es weiter!**

Karotte in feine Streifen schneiden und dann da raus Stifte.

Paprika in kleine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und achteln

In der Wok Pfanne mit etwas Öl, 2 Knoblauchzehen pressen und den fein geschnittenen Ingwer dazu geben.  
Kurz anschwitzen.

Karotten, Zwiebel und Paprika dazu geben. Mit etwas Sojasoße und 50 – 100 ml Wasser aufgießen.

Mit Deckel 5 Minuten köcheln lassen.

Das China Gemüse und Bambussprossen abtropfen lassen und dazu geben

Noch mal 5 - 10 Minuten mit Deckel garen.

### **So geht es weiter!**

Die Soßen zum Gemüse geben. Mit 2 TL brauner Zucker, einer weiteren, gepressten Knoblauchzehe verfeinern

Mit Wasser etwas aufgießen, das genug Soße vorhanden ist 100 – 150ml sollten reichen

Das Gemüse sollte mit der Soße fast bedeckt sein

Nach Geschmack mit Pfeffer, Chili und eventuell noch etwas Chilisoße und Zucker abschmecken

### **Mie Nudeln brauchen nur 3 – 5 Minuten kochen**

Einen großen Topf mit 4 - 5 Liter Wasser zum kochen bringen

4 Platten ca.400g von den Mie Nudeln in das Kochende Wasser geben

Deckel aufsetzen und nach 3 Minuten den Topf von der Platte nehmen.

Die Nudeln, wenn sie noch Biss haben abgießen und gut abtropfen lassen.

Fleisch und Nudeln zum Gemüse geben Alle gut miteinander mischen und noch eine Zeit weiter braten

Bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist und die Nudeln leicht am Boden ansetzen

**Guten Appetit!**