Asia Style Wok Noodles -

- So einfach geht's und ihr zaubert ein tolles Gericht auf den Tisch

Zutaten

300	g	Fleisch je nach Lust und Liebe
200	g	Gemüse bunt gemischt
20	g	getrocknete Shiitake
125	g	Wok Noodles aus Hartweizengrieß
250	ml	Wasser oder Gemüsesuppe
1	Prise	Salz
1		Pfeffer nach Belieben
	etwas	Kurkuma
1	TL	Zitronengras
1	TL	Gewürzmischung: Chili, Curry, Kreuzkümmel, Koriander, Ingwer, Kardamom
4	EL	Sesamöl

Zubereitung

Shiitake 1 Stunde in Wasser einweichen, leicht ausdrücken und in Streifen schneiden.

Fleisch in Streifen schneiden und in einer WOK in etwas Öl anbraten. Wenn sie leicht gebräunt sind herausnehmen.

Gemüse nach Belieben in Scheiben/Streifen schneiden und mit den Shiitakestreifen ebenso in etwas Öl anrösten. Würzen und Wasser (oder Suppe) dazugeben.

Wok Noodles ohne vorkochen direkt in den Wok geben und unter ständigem Rühren 3-4 Minuten köcheln lassen bis die Nudeln die Flüssigkeit aufgenommen haben.

Fleisch hinzugeben, alles gut vermischen und abschmecken.

Zitronenminze fein schneiden und unterheben.

ASIA Style Wok Noodles – aus Hartweizengrieß sind ideal für asiatische Wok- und Pfannengerichte. Sie sind vielseitig in der Verwendung, einfach und schnell in der Zubereitung, ausgezeichnet im Geschmack.

Ob traditionelle Fleisch- oder Gemüsepfannen oder als Suppeneinlage, Wok Noodles sind ohne vorkochen - fertig in 3-4 Minuten!

Tipp: Man kann auch Nori-Flocken über die Wok Nudeln streuen. Passt hervorragend zu diesem Gericht.

© 2026 www.kraftplatzerl.at

Asia Style Wok Noodles -

- So einfach geht's und ihr zaubert ein tolles Gericht auf den Tisch

www.natur-compagnie.de

Rezeptart: Hauptspeise | Unverträglichkeiten: Laktosefrei | Saison: Ganzjährig