

Gebratene Mie- Nudeln



Zutaten für 3 Personen:

- 300 g Mie-Nudeln, bissfest gekocht, kalt abgeschreckt
- 4 Frühlingszwiebeln, in Ringen
- 1 große Paprikaschote, in dünnen Streifen
- 200 g Brokkoliröschen, blanchiert
- 2 Knoblauchzehe(n), gepresst
- 1 Stück Ingwer, 4 cm groß, geschält
- 50 ml Gemüsefond
- 4 EL Sojasauce

Zubereitung:

Knoblauch, Ingwer, Sojasauce, Gemüsefond und Wasser in einem hohen schmalen Gefäß pürieren, beiseitestellen.

Die bissfest gekochten Mie-Nudeln in einer Pfanne in etwas Öl scharf anbraten, das Gemüse hinzufügen und ebenfalls Farbe annehmen lassen, mit der Knoblauch-Ingwer-Sojasauce-Mixtur ablöschen, gut umrühren.

Wenn die Flüssigkeit verkocht ist (nach 3-5 Minuten), ist das Gericht fertig.

Auf die Verwendung von Fond kann verzichtet werden - dann etwas mehr Wasser nehmen.