

Kappes & Bananen



Rezepte für jeden Geschmack

Asiatischer Glasnudelsalat (4 Pers.):

200g Glasnudeln
1 EL Sesamöl
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
2 Möhren
Mangold / Pakchoi
50g Champignons
½ TL Ingwer
Chillisaucе
Salz, Pfeffer, Essig
Sojasauce, Five Spice

Zubereitung:

Glasnudeln nach Anleitung kochen und kalt abschrecken. Sesamöl im Topf erhitzen. In Streifen geschnittene Zwiebeln, gehackten Knoblauch und Ingwer dazu geben und andünsten. Möhren und die geschnittenen Stiele des Mangolds zugeben und ca. 5 Minuten mit andünsten und anschließend heiß zu den Nudeln geben. Nun mit Salz, Pfeffer, Essig, Sojasauce, Five-Spice-Gewürz und Chilisauce würzen. Die rohen braunen Champignons in Scheiben schneiden und vorsichtig unterheben.

Glasnudelsalat in der Mitte des Tellers anrichten. Als Topping eignen sich gebratene Garnelen oder eine kross gebratene Entenbrust.