

CHINAPFANNE

mit Glasnudeln



Zubereitungszeit:
etwa 50 Minuten

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Stange Porree, 2 Möhren
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g Putenbrust
- 2 EL Sherry
- 1/8 l Asia- oder Geflügel-Fond
(z. B. von Lacroix)
- Salz, Pfeffer und etwas Mehl

Asiatische Spezialitäten:

- 150 g Glasnudeln
- 10 g Mu-Err-Pilze
- 2 EL Sesamöl
- 1 TL Ingwerpulver
- 1/2 TL Sambal Oelek
- 3 EL Sojasauce

Zubereitung:

1 Die Glasnudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Die Mu-Err-Pilze etwa 10 Minuten kochen, anschließend in feine Streifen schneiden und in etwas Mehl wenden. Porree und Möhren in Scheiben schneiden, ebenfalls in etwas Mehl wenden, Knoblauchzehe fein hacken. Putenbrust in feine Scheiben schneiden und mit Mehl bestäuben.

2 Sesamöl im Wok erhitzen und darin alle Zutaten anbraten. Die abgetropften Glasnudeln, Mu-Err-Pilze, Ingwerpulver und Sambal Oelek dazugeben. Mit Sojasauce, Sherry, Asia- oder Geflügel-Fond ablöschen, aufkochen und etwa 10 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.