



## Koreanische Hähnchennudeln

Carbonara-Style mit Käse und Sesam



ca. 25min



2 Personen

Wer kennt und vergöttert sie nicht, die cremige Carbonara-Sauce aus Eigelb, würzigem Käse und einem Schuss Kochwasser? Auch in diesem fix zubereiteten Rezept macht sie sich als seidige Komponente mit zart gebratenem Hähnchenschenkfilet und vorgeschnittenem Gemüse sehr gut auf deinem Teller. Der Clou: Heute verwenden wir dicke Udon-Nudeln, pikante Gochujang-Paste und Sojasauce für den koreanischen Kick. Unbedingt probieren!

## Was du von uns bekommst

- 400g frische Udon-Nudeln 1
- 1 Stück italienischer Hartkäse 7
- 1 Päckchen Sesam 11
- 1 Packung Hähnchenschenkelfilet
- 450g Spaghetti-Gemüsemix
- 25ml Sojasauce 1,6
- 25g koreanische Chilipaste 1,6
- 1 Lauchzwiebel

## Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei 3
- 3EL Butter 7
- Salz
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 919kcal, Fett 44.3g, Kohlenhydrate 93.7g, Eiweiß 36.3g



### 1. Sauce vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Käse** fein reiben. 1 Ei vorsichtig aufbrechen und das Eigelb vom Eiweiß trennen. In einer großen Schüssel das Eigelb mit dem **Käse** zu einer **Paste** verrühren. **Tipp:** Das Eiweiß einfrieren und für ein anderes Rezept aufbewahren.



### 2. Fleisch anbraten

Den **Sesam** in einer großen Pfanne oder einem Wok ohne Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Das **Fleisch** trocken tupfen, in 2-3cm große Stücke schneiden und in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. anbraten. Mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



### 3. Gemüse mitbraten

Den **Gemüsemix** mit 1 kräftigen Prise Salz in die Pfanne zu dem **Fleisch** geben und ca. 3Min. anbraten, dann die **Sojasauce**, die **1/2 der Chilipaste** und 3EL Butter hinzufügen und ca. 1Min. weiterbraten, bis das **Fleisch** gar und die Butter geschmolzen ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.



### 4. Nudeln kochen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 2-3Min. bissfest kochen, dabei zwischendurch umrühren, um die **Nudeln** voneinander zu trennen. Inzwischen die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Mit einem Messbecher **100ml Nudelwasser** abschöpfen, dann die **Nudeln** in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



### 5. Nudeln vermengen

Die **Nudeln** und **75ml Nudelwasser** in die Pfanne geben und bei starker Hitze ca. 1Min. vorsichtig mit dem **Gemüse** und dem **Fleisch** vermengen.



### 6. Sauce fertigstellen

Die **Hähnchennudeln** gründlich und zügig mit der **Ei-Käse-Paste** in der Schüssel verrühren, bis eine cremige **Sauce** entsteht. Ggf. mehr **Nudelwasser** angießen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen. Die **Nudeln** auf tiefe Teller verteilen und mit dem **Sesam** und den **Lauchzwiebeln** garniert servieren.