



Kokos-Udon-Nudeln mit Knusper-Tofu

mit Champignons und Pak Choi



ca. 20min



3-4 Personen

Der Tofu wird zerbröseln und lecker gewürzt im Ofen knusprig gebacken. Währenddessen bereitest du die cremige gelbe Kokosmilchsuppe mit Pak Choi und Champignons zu. Frische Udon-Nudeln dazu und fertig ist dein wärmendes, überaus köstliches Mahl – das übrigens ganz nebenbei sogar vegan ist!

- 500g Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Stücke Ingwer
- 1 rote Thai-Chilischote
- 400g frische Udon-Nudeln ¹
- 1 Packung Tofu ⁶
- 1 Päckchen Sesam ¹¹
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 2 Baby-Pak-Choi
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 400ml Kokosmilch

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 609kcal, Fett 38.1g,
Kohlenhydrate 46.7g, Eiweiß 19.4g



1. Pilze schneiden

A stainless steel pot with two handles, viewed from above. Inside the pot, there are several long, thin, light green slices of green onions. A small amount of brown liquid, presumably the dressing, is visible, coating some of the onion slices. The background is a plain, light-colored surface.

4. Gemüse anbraten

2. Tofu rösten

A top-down view of a stainless steel pot with two handles, filled with a soup. The soup contains numerous small, round, golden-brown potatoes, sliced mushrooms, and a generous amount of finely chopped green onions. The liquid is a light yellowish-brown color. The pot is set against a light gray, textured background.

5. Suppe kochen

A white cutting board with chopped green onions and a metal strainer containing drained udon noodles.

3. Nudeln garen

A top-down view of the ingredients for the dish. On the left is a stainless steel pot containing a vegetable soup with green beans, carrots, and other vegetables in a yellowish broth. To the right is a rectangular metal tray filled with a large amount of golden-brown, fried onions. In the foreground, centered, is a blue plate with a white rim, holding a portion of white spaghetti.

6. Anrichten und servieren

Die **Nudeln** auf tiefe Schalen oder Teller verteilen und mit der **Suppe** aufgießen. Mit dem **gerösteten Tofu**, den **restlichen Lauchzwiebeln**, dem **restlichen Sesam** und ggf. **restlicher Chili** garnieren und servieren.