



Koreanische Hähnchennudeln

Carbonara-Style mit Käse und Sesam



ca. 20min



2 Portionen

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 Hähnchenschenkelfilet 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 ²
- 1 Stückchen Hartkäse ^{1,3}
- 3 Hähnchenschenkelfilets
- 450g Spaghetti-Gemüsemix
- 25ml Tamari-Sojasauce ⁵
- 25g koreanische Chilipaste ^{2,5}
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Päckchen Sesam ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ¹
- 3EL Butter ³
- 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

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sesamsamen (4), Sojabohnen (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1063kcal, Fett 57.5g, Kohlenhydrate 90.8g, Eiweiß 49.8g



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.



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.



2. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** trocken tupfen, in 2-3cm große Stücke schneiden und in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. anbraten. Mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



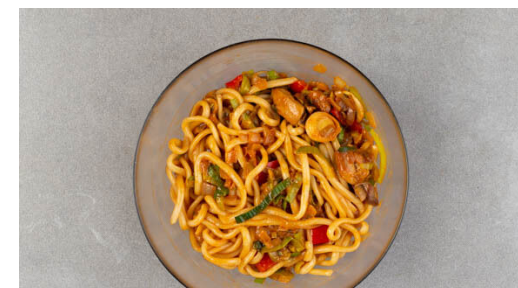
5. Nudeln vermengen

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



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 **½ der Chilipaste** und 3EL Butter hinzufügen und ca. 1Min. weiterbraten, bis das **Fleisch** gar und die Butter geschmolzen ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.



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.