



Superfix: Indonesische Garnelen-Nudeln

mit buntem Gemüsemix und Koriander



ca. 20min



2 Personen

Einen langen Tag gehabt? Dann gibt es doch nichts Besseres als ein feines, aber fixes Mahl zuzubereiten und danach zu entspannen! Ganz flott von der Hand gehen die leckeren Mie-Nudeln, die in einer duftenden Ingwersauce serviert werden. Der Geheimtrick ist das frische, vorgeschnittene Gemüse aus Lauchringen, Karottenstiftchen und Kohlstreifen, das ganz bequem mit den Garnelen gebraten wird. Clever, oder?

- 250g breite Mie-Nudeln ¹
- 1 Zwiebel
- 1 Stück Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut ²
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 10g Koriander

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Krebstiere (2), Sojabohnen
(6). Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Gluten (1), Krebstiere (2), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 838kcal, Fett 25.4g,
Kohlenhydrate 122.1g, Eiweiß 35.0g



2. Nudeln kochen

3. Sauce pürrieren

4. Gemüse braten

5. Koriander schneiden

6. Nudeln vermengen

Die **Nudeln** unter das **Gemüse** mengen und mit der **restlichen Sojasauce** und Pfeffer abschmecken. Die **Nudelpfanne** auf Teller verteilen, mit dem **Koriander** garnieren und servieren.