



## RS Vegane Hähnchennudeln Gong-Bao-Style

mit Paprika und Zucchini



ca. 30min



4 Portionen

Mit diesem aromatischen Nudelgericht fühlen wir uns direkt in die chinesische Szechuan-Provinz versetzt: Leckere breite Nudeln, frische Paprika und Zucchini suhlen sich in einer Geschmacksexplosion aus Soja- und Hoisinsauce und Ingwer. Der Clou: Das klassische „Hähnchen“, das bei diesem Gericht natürlich nicht fehlen darf, kommt heute von unserem Partner Heura und ist somit vegan. Umso besser!

## Was du von uns bekommst

- 500g breite Mie-Nudeln <sup>1</sup>
- 2 Paprika
- 2 Zucchini
- 2 Pck. vegane Hähnchenschnitzel <sup>3</sup>
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 100ml Tamari-Sojasauce <sup>3</sup>
- 50ml Hoisinsauce <sup>1,2,3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Speisestärke
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 737kcal, Fett 12.6g, Kohlenhydrate 118.0g, Eiweiß 33.4g



### 1. Nudeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 3-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



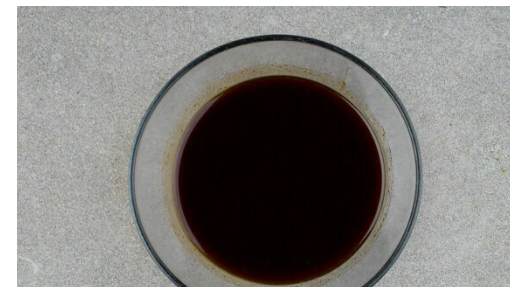
### 4. Gemüse mitbraten

Die **Paprika** in die Pfanne geben und unter Rühren ca. 3Min. mitbraten, ggf. etwas mehr Pflanzenöl zufügen. Die **Knoblauch-Ingwer-Paste** und den **weißen Teil der Lauchzwiebeln** zugeben und in 1-2Min. leicht anbraten, dabei stetig rühren.



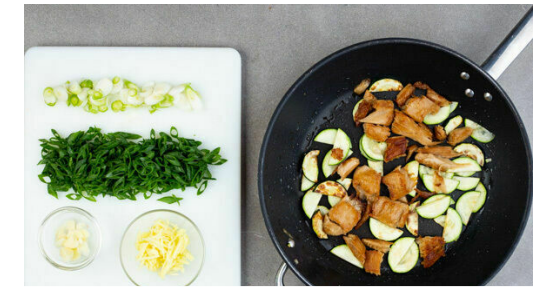
### 2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



### 5. Sauce verrühren

Die **Sojasauce**, die **Hoisinsauce** und 3EL hellen Essig mit 2EL Zucker und 1EL Speisestärke zu einer glatten **Sauce** verrühren.



### 3. Schnitzel braten

Die **veganen Hähnchenschnitzel** und die **Zucchini** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. goldbraun anbraten. Die **Lauchzwiebeln** schräg in dünne Ringe schneiden, dabei den **grünen Teil** von dem **weißen Teil** trennen.



### 6. Fertigstellen & servieren

Die **Nudeln** und die **Sauce** mit dem **Gemüse** in der Pfanne vermengen und 1-2Min. erwärmen, bis die Flüssigkeit fast verdampft und alles mit der **Sauce** bedeckt ist. Die **Nudeln** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und mit den **grünen Lauchzwiebeln** garniert servieren.