



Superfix: Pikante Garnelen auf Udon

mit Koriander-Kokos-Pesto und Gemüse



ca. 20min



2 Personen

Sind sie nicht niedlich, die kleinen, scharfen Garnelen? Ganz unschuldig räkeln sie sich da auf den leckeren Udon-Nudeln verfeinert mit unserem Pesto Marke ultimative Aromenexplosion: Sanfte Kokosraspel, cremige Erdnussbutter, frisch-würziger Koriander, fruchtige Limette und natürlich Knoblauch geben sich hier ein blitzschnelles kulinarisches Stelldichein der besonderen Art. Wer schnell kocht, kann schneller essen, los geht's!

- 300g Udon-Nudeln ¹
- 1 Karotte
- 1 Stange Lauch
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut ²
- 25g koreanische Chilipaste ^{1,6}
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Limette
- 20g Koriander
- 25g Kokosraspel
- 1 Päckchen Erdnussbutter ⁵

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- großer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Krebstiere (2), Erdnüsse (5),
Sojabohnen (6). Kann Spuren von
anderen Allergenen enthalten.

Energie 814kcal, Fett 40.5g,
Kohlenhydrate 75.9g, Eiweiß 31.6g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** und das **Gemüse** zum Kochen bringen. Die **Garnelen** in einem Sieb kalt abspülen, dann trocken tupfen und mit der **½ der Chilipaste** und 1 Prise Salz vermengen. Bis zur weiteren Verwendung kalt stellen.



Den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden und mit dem **Knoblauch**, der **Limettenschale**, der **½ des Limettensafts**, den **Kokosraspeln**, der **Erdnussbutter**, 2EL Pflanzenöl, 3-4EL Wasser und ½TL Salz in einem hohen Gefäß pürieren.



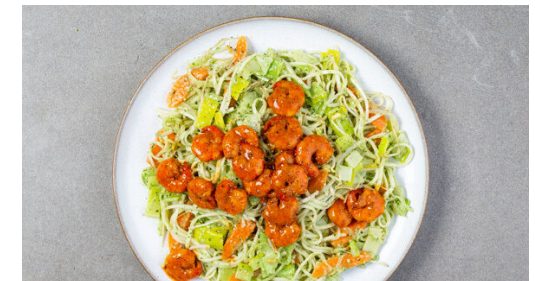
Die **Karotte** ggf. schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Den **Lauch** längs halbieren, dann quer in dünne Streifen schneiden. Die **½ der Nudeln** und das **Gemüse** in das kochende Wasser geben und 5–6 Min. köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren.



Inzwischen eine mittelgroße Pfanne stark erhitzen. Die **Garnelen** mit 1EL Pflanzenöl in die heiße Pfanne geben und rundum ca. 3Min. anbraten, bis die **Garnelen** rosa sind. Die Pfanne vom Herd nehmen.



Die **Nudeln** und das **Gemüse** in einem Sieb abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und mit dem **Koriander-Kokos-Pesto** vermengen, dabei ggf. 1-2EL Wasser zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Nudeln** auf tiefe Tellern verteilen, mit den **Garnelen** anrichten und nach Belieben mit dem **restlichen Limettensaft** beträufelt servieren.