



Pikante Udon-Nudeln mit Ei

und knackig-frischem Gemüse



ca. 25min



3-4 Personen

Bei uns gibt's was auf die Geschmacksknospen! Und zwar so richtig: feine Udon-Nudeln mit frischem Pak Choi, Paprika und Lauchzwiebeln, dazu noch ein gekochtes Ei, das Ganze aromatisch angemacht mit koreanischer Gochujang - kurz: Chilipaste - und nussigem Sesamöl. Da bleibt kein Auge trocken! Noch Fragen? Hätten wir auch nicht gedacht ...

- 4 Bio-Eier ³
- 2 Pak Choi
- 2 Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 800g frische Udon-Nudeln ¹
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 50g koreanische Chilipaste ^{1,6}
- 2 Päckchen geröstetes Sesamöl ¹¹
- 1 Päckchen Sesam ¹¹

- 4EL Butter ⁷
- Salz

- kleiner Topf
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 593kcal, Fett 22.0g,
Kohlenhydrate 81.3g, Eiweiß 19.3g



A black frying pan is shown from a top-down perspective, containing a mixture of sliced mushrooms, orange and yellow bell peppers, and a small amount of green herbs. To the right of the pan is a small glass bowl containing a yellow liquid.

4. Gemüse braten

2. Eier kochen

5. Sauce köcheln

3. Nudeln kochen

A top-down view of a black wok containing a stir-fry. The dish consists of long, thin, light-colored spaghetti noodles, bright green broccoli florets, and sliced orange carrots. The ingredients are mixed together and appear to be coated in a light sauce. The wok has a black handle extending to the right.

6. Nudeln vermengen

Die **Nudeln** und $\frac{3}{4}$ der **Lauchzwiebeln** zu der **Sauce** geben und mit 3EL Butter vorsichtig vermengen. Die **Nudeln** mit dem **Sesamöl** beträufeln, mit Salz abschmecken und dann auf Teller verteilen. Die **Eier** halbieren, auf den **Nudeln** anrichten und mit den **restlichen Lauchzwiebeln** sowie dem **Sesam** garniert servieren.