



Würzige „Hähnchen“-Nudelpfanne

mit Gemüse und gerösteten Erdnüssen



ca. 25min



4 Portionen

Heute gibt es einen köstlichen Klassiker aus der asiatischen Küche: Die gebratenen Mie-Nudeln mit den leckeren veganen Hähnchenschnitzeln von Heura, geraspelten Karotten und feinen Paprikastreifen sind ruckzuck auf dem Tisch und einfach immer wieder gut. Sie werden mit leckerem Sesamöl beträufelt und mit knackigen Erdnüssen garniert – ein Genuss für Klein und Groß!

- 500g breite Mie-Nudeln ¹
- 2 Paprika
- 3 Lauchzwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Pck. vegane Hähnchenschnetzel ⁴
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁴
- 2 Pck. geröstetes Sesamöl ³
- 50g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ²

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- großer Topf
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Erdnüsse (2), Sesamsamen (3),
Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen
Allergenen enthalten.

Energie 846kcal, Fett 28.5g,
Kohlenhydrate 106.9g, Eiweiß 34.5g



1. Gemüse schneiden

A black frying pan with a silver handle, containing stir-fried chicken and red bell peppers. The chicken is cut into bite-sized pieces and is coated in a light brown sauce. The red bell peppers are sliced into rings and are also coated in the same sauce. The pan is set against a light gray background.

4. „Hähnchen“ anbraten



2. Karotten reiben

5. Nudeln braten

A top-down view of a stainless steel pot with two handles, filled with water and a large portion of cooked spaghetti. The spaghetti is yellow and appears to be submerged in the water. The pot is placed on a light-colored, textured surface.

3. Nudeln kochen

A top-down view of a white bowl with a light blue rim, filled with a stir-fried dish. The dish consists of thin, yellow noodles, sliced pieces of meat (likely pork or chicken), sliced red bell peppers, and shredded orange carrots. The ingredients are coated in a dark, glossy sauce. The bowl is set against a plain, light-colored background.

6. Anrichten und servieren

Die „**Hähnchen**“-Nudelpfanne auf Teller verteilen, mit dem **Sesamöl** beträufeln und mit den **Erdnüssen** garniert servieren.