



Vegane Hähnchennudeln Gong-Bao-Style

mit Paprika und Zucchini



ca. 30min



2 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

- 250g breite Mie-Nudeln ¹
- 1 Paprika
- 1 Zucchini
- 1 Pck. vegane Hähnchenschnitzel ³
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 50ml Tamari-Sojasauce ³
- 50ml Hoisinsauce ^{1,2,3}

Was du zu Hause benötigst

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

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

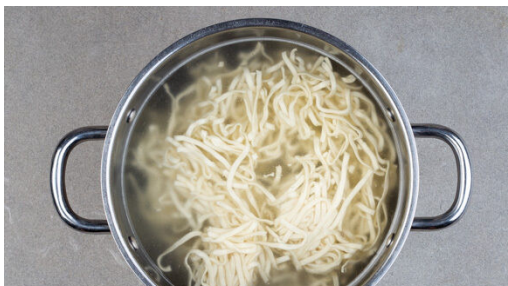
Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Sesamsamen** (2), **Sojabohnen** (3).

Detaillierte Informationen zu den Zutaten
marleyspoon.de

Nährwertangaben pro Portion

Energie 755kcal, Fett 12.8g,
Kohlenhydrate 121.9g, Eiweiß 34.0g



1. Nudeln kochen

In einem mittelgroßen 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 Lauchzwiebel** 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 **½ der Hoisinsauce** und 3TL hellen Essig mit 1EL Zucker und 1TL Speisestärke zu einer glatten **Sauce** verrühren.



3. Schnitzel braten

Die **veganen Hähnchenschnitzel** und die **Zucchini** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. goldbraun anbraten. Die **Lauchzwiebel** 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.