MARLEY SPOON



Veganes Schnitzel auf Udon

mit Salatmix, Babymangold und Hoisindressing

ca. 20min 4 Portionen

Manchmal muss es einfach schnell gehen – und trotzdem soll's frisch und lecker sein. An dieser Stelle kommen wir ins Spiel und helfen dir mit ein paar einfachen Kniffen dabei, ohne viel Aufwand ein schmackhaftes Essen auf den Tisch zu bringen. Heute: lauwarme Udon-Nudeln mit Gemüse und einem veganen Schnitzel. Dafür behelfen wir uns mit vorgeschnittenem Salatmix und einem fixen Dressing mit Hoisinsauce. So schnell, so gut!

Was du von uns bekommst

- 450g Udon-Nudeln [1]
- 100ml Hoisinsauce [1,2,3]
- 4 vegane Hähnchenschnitzel [1]
- 2 Tomaten
- 400g Eisberg-Salatmischung
- 100g roter Babymangold
- 2 Pck. Sriracha-Sauce
- 2 Pck. Röstzwiebeln [1]

Was du zu Hause benötigst

- 4EL vegane Mayonnaise
- Salz
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer 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).

Kann Spuren enthalten von: Eier

Nährwertangaben pro Portion
Energie 926kcal, Fett 32.3g, Kohlenhydrate 125.6g, Eiweiß 29.3g



1. Dressing anrühren

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Die **Hoisinsauce** mit 2EL Pflanzenöl, 3EL Essig, 2EL Wasser und ½TL Salz verrühren.



2. Nudeln kochen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 4–6Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



3. Schnitzel braten

Die **Schnitzel** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3–4Min. auf jeder Seite goldbraun und knusprig braten.



4. Nudeln vermengen

Die **Tomaten** jeweils achteln. Die **Nudeln** mit den **Tomatenspalten**, dem **Salatmix**, dem **Babymangold** und dem **Hoisindressing** vermengen.



5. Sauce anrühren

Die **Sriracha-Sauce** mit 4EL veganer Mayonnaise, 1 kräftigen Prise Salz und 1–2EL Wasser zu einer dickflüssigen **Sauce** verrühren.



6. Schnitzel schneiden

Die **Schnitzel** in Streifen schneiden. Die **Nudeln** mit dem **Gemüse** auf Teller verteilen und die **Schnitzelstreifen** darauf anrichten. Mit der **Sauce** beträufeln und mit den **Röstzwiebeln** garniert servieren.