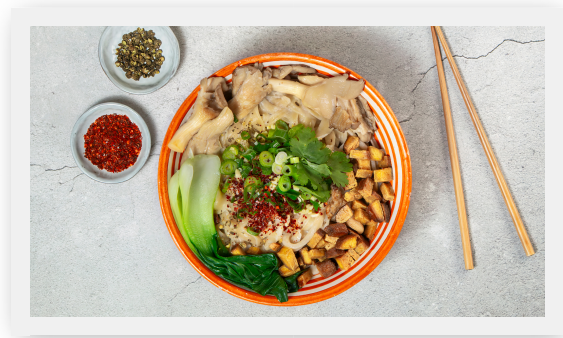




Biang Biang Noodles



Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: 40 Min. + 1 Std. Ruhezeit

pro Portion: 6167 kJ, 1474 kcal, 168,7 g Kohlenhydrate, 30,8 g Eiweiß, 81,5 g Fett, 1 mg Cholesterin, 13,6 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

vegan

Zubereitung

Biang! Biang! Biang! So klingt es, wenn du die breiten Nudeln zubereitest und den Teig auf die Arbeitsplatte schlägst. Daher stammt auch der Name des neuen, mega leckeren Stars am Streetfood Himmel! Der Nudelteig aus Mehl und Wasser wird in kleine Portionen geteilt, ausgerollt und in der Mitte eingekerbt. Dann wird er ausgeschlagen, auseinandergerissen und in kochendem Salzwasser gegart. Serviert werden die Nudeln mit gebratenem Räuchertofu, Austernpilzen, Knoblauch, Frühlingszwiebeln, Chiliflocken, Szechuan Pfeffer und heißem Erdnussöl. On top kommen blanchierter Pak Choi, frischer Koriander, Sojasoße und Reisessig. Mjam Mjam!

Step 1:

Zunächst das Mehl mit dem Wasser vermengen und zu einem Teig verkneten. 10 Minuten ruhen lassen und anschließend zu einem weichen Teig weiterkneten – durch die kurze Ruhezeit lässt sich der Teig leichter verkneten.

Step 2:

Den Teig in 16 gleichgroße Stücke teilen und zu kleinen Rollen formen. Auf allen Seiten mit 2 EL Öl bepinseln und für 1 Stunde ruhen lassen.

Step 3:

Den Räuchertofu in kleine Würfel schneiden und diese zusammen mit den Austernpilzen in fünf EL Öl in einer Pfanne anbraten. Mit der Sojasoße ablöschen und beiseite stellen.

Step 4:

Knoblauch und Frühlingszwiebel sehr fein hacken und ebenfalls beiseite stellen.

Step 5:

Als Nächstes rollst du den Nudelteig jeweils länglich aus. Mit einem Essstäbchen drückst du längs in die Mitte eine Kerbe. An dieser werden die Nudeln später entlang auseinandergerissen. Die Nudeln mit den Händen vorsichtig in die Länge ziehen. Klatsche den Nudelteig dabei immer wieder auf die Arbeitsfläche, während du ihn auseinanderziehst – so lässt er sich besser dehnen, ohne zu reißen. Biang! Biang! Biang!
Die langgezogene Nudel bei der Mulde trennen und in zwei Stücke teilen. Mit dem restlichen Teig das Verfahren wiederholen. Die Nudeln für drei Minuten in kochendem Wasser garen und auf zwei tiefe Teller aufteilen. Pak Choi kurz blanchieren.

Step 6:

Dann jeweils die Hälfte des gehackten Knoblauchs und der gehackten Frühlingszwiebeln auf die Nudeln geben sowie jeweils mit einem EL Chiliflocken, einem halben TL Szechuan Pfeffer und einem TL dunklen Reisessig toppen.

Step 7:

Erdnussöl in einem kleinen Topf erhitzen. – Vorsicht, nicht zu heiß werden lassen, da es sonst spritzt. Das heiße Erdnussöl über die Chiliflocken und den Knoblauch geben und mit Pak Choi und Koriander toppen.

Zutaten

400 g	Mehl
200 – 220 ml	Wasser
6 EL	Öl
75 g	Räuchertofu
100 g	Austernpilze
4	Knoblauchzehen
2	Frühlingszwiebeln
1	Pak Choi
2 EL	Chiliflocken (Gochugaru)
1 TL	Szechuan Pfeffer, gemahlen
150 ml	Erdnussöl
1/2 Bund	Koriander
2 TL	dunklen Reisessig
1 EL	Sojasoße

Sonstiges:

Nudelholz
Essstäbchen