One Pot Reisnudeln mit gekochten Eiern & Pak Choi

Zutaten

Menge	
1 bis 2 EL	Erdnussbutter
1 daumengroßes Stück	Ingwer
1 TL	Gemüsebrühe
	Zimt
1	Limette
2 EL	Sojasprossen
1	Knoblauchzehe
1 Dose	Kokosmilch
	Salz
2	Eier
1	Pak Choi
	Chilipulver
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1	Karotte
100 g	Räuchertofu
100 g	Reisnudeln
1	Sternanis
4 EL	Sojasoße
100 ml	Wasser
3 Stiele	Koriander

Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen
Zubereitungszeit: 30 Min.

pro Portion: 1962 kJ, 469 kcal, 60,4 g Kohlenhydrate, 24 g Eiweiß, 16,4 g Fett, 238 mg Cholesterin, 5,3 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €€

veggie schnell

Zubereitung

Asiatische Reisnudeln sind nicht nur super lecker, sondern können auch ganz vielfältig kombiniert werden. Wir haben uns diesmal für eine One Pot-Variante entschieden, in der wir die asiatischen Nudeln in einer Kokosmilchsoße mit Erdnussbutter, Zimt, Chili, Gemüsebrühe und Limettensaft einkochen lassen. Ein Getoppt werden unsere leckeren One Pot Reisnudeln dann noch mit hartgekochten Eiern, angebratenem Pak Choi, Sojasprossen und in Scheiben geschnittenen Karotten. Zusätzlich gibt es zu unseren One Pot Reisnudeln auch noch Räuchertofu. Zum Schluss haben wir die One Pot Reisnudeln dann noch mit Koriander bestreut. Falls du kein Fan von Koriander bist, kannst du diesen natürlich auch durch Petersilie ersetzen. Probiere unsere asiatischen One Pot Reisnudeln unbedingt einmal aus! So einfach geht's:

Step 1:

Zuerst kochst du die Eier hart. Danach die Eier schälen und kurz in 2 EL Sojasoße einlegen. Dann kannst du den Ingwer, den Knoblauch und die Karotte in Scheiben schneiden. Den Tofu in dünne Streifen schneiden. Die Reisnudeln legst du in etwas Wasser zum Einweichen.

Step 2:

Dann den Pak Choi halbieren und in einem Topf ohne Fett kurz rösten. Den Ingwer, den Knoblauch und den Sternanis dazugeben und kurz mitrösten. Jetzt löschst du alles mit Kokosmilch und Wasser ab und würzt es mit einer Prise Zimt, etwas Erdnussbutter, Gemüsebrühe, Chili, Salz, Pfeffer, Saft von ½ Limette und 2 EL Sojasoße. Dann die eingeweichten Nudeln abgießen und in der Soße gar ziehen lassen.

Step 3:

Die fertigen Nudeln richtest du mit dem Ei, den rohen Karotten, Pak Choi, Tofu und Sojasprossen sowie etwas gehacktem Koriander zusammen auf einem Teller an.