

Thailändische Gemüsenudeln

Zutaten | 6 Portionen

500 g	Spaghetti
½ TL	Salz
2 EL	Öl
1	Zitrone
1 Prise	Zucker
1 EL	Salz, Pfeffer
1 EL	Zucker
2 EL	Sojasauce, hell
2 EL	Austernsauce
2 EL	thailändische Sojasauce
1/2	Spitzkohl
2	Möhren
1 Stange	Porree
1 EL	Butterschmalz
3	Eier
	Salz, Pfeffer
1 EL	gesalzene Erdnüsse

Zubereitungszeit: 45 Min.

Zubereitung:

- Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen und abschütten.
- Spaghetti mit Öl, Saft einer halben Zitrone, Zucker, Salz, Pfeffer, Sojasauce, Austernsauce und thailändischer Sojasauce vermischen und kurz marinieren lassen.
- In der Zwischenzeit das Gemüse putzen, waschen und in dünne Streifen schneiden.
- In einer großen Pfanne die Gemüsestreifen in Butterschmalz anbraten. Die marinierten Nudeln dazugeben, vermischen und kurz mitbraten.
- In der Mitte der Pfanne die Gemüsenudeln zur Seite schieben. Eier in die Mitte geben, sofort gut verquirlen und unter die Nudeln mischen.
- Gemüsenudeln auf Teller verteilen, mit gesalzene Erdnüssen bestreuen, etwas Zitronensaft beträufeln und servieren

Tipp:

Je nach Belieben kann man die verschiedenen thailändischen Saucen zum marinieren der Nudeln wählen. Helle Sojasaucen sind etwas milder und dunkle, dickflüssige Sojasaucen sind intensiver im Geschmack.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 263,3 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
256 kcal	12,3 g	37,2 g	7,5 g	84,7 mg