



BIRKENHOF

BIO SEIT 1994

Gebratene Rindfleisch-Nudeln Asia Art

Zutatenliste

500 g Rindfleisch
4 Lauchzwiebeln
300 g Nudeln, dünne
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer
200 ml Wasser
4 EL Sojasauce
3 TL Rinderbouillon
Salz und Pfeffer
8 EL Erdnussöl

Zubereitung

Die Nudeln nach Packungsanleitung garen und danach gut abtropfen und trocknen lassen. Das Rindfleisch in dünne, mundgerechte Scheiben schneiden. Das Wasser mit ca. 2/3 der Sojasauce und der Bouillon verrühren.

In einen heißen Wok oder eine große Pfanne ca. 1 ½ EL Erdnussöl geben und darin die Nudeln ca. 2 - 3 min über hoher Hitze braten. Dann den Bouillon-Mix hinzufügen, gut mischen und weitere 1 - 2 min bei hoher Hitze weiterbraten. Die Nudeln aus dem Wok holen und im Backofen warm halten.

In die selbe Pfanne das restliche Öl geben, darin das Rindfleisch zusammen mit dem Ingwer und dem Knoblauch ein bis drei Minuten scharf braten und dabei mit der restlichen Sojasauce, etwas Pfeffer und Salz nach Geschmack würzen. Kurz darauf auch die Lauchzwiebeln hineingeben und so lange weiterbraten, bis das Rindfleisch den gewünschten Garpunkt erreicht hat (circa 1 - 2 Minuten).

Das fertige Rindfleisch auf die Nudeln geben und gegebenenfalls noch mit einigen Chiliringen in Sojasauce servieren.

Guten Appetit!