4 Pax

Singapore Noodles

Zutaten

250 g	Reisnudeln, schmal
250 g	Hühnerbrustfilet ohne Haut
80 g	Bohnen – (oder Sojasprossen)

Sauce

¼ l	Kokosmilch
40 g	Zwiebel, brunoise
50 g	Äpfel geschält und entkernt
30 g	Erdnüsse gemahlen
½ TL	Ingwer
½ TL	Currypulver
2 EL	Erdnussöl
½ TL	Maizena

Weiteres:

- Erdnussöl
- Sojasauce
- Zucker
- Chilipulver
- Salz
- Pfeffer

Arbeitsbeschreibung

Nudeln:

1. In reichlich heißem Wasser 5-6 min einweichen.
2. Abseihen, kalt abschwemmen und gut abtropfen lassen.

Fleisch:

1. Hühnerbrust in feine Streifen schneiden.
2. Mit süßer Sojasauce marinieren.

Sauce:

1. Erdnussöl erhitzen, Zwiebel und klein geschnittenen Apfel glasig anschwitzen.
2. Currypulver und Zucker einrühren, mit Kokosmilch ablöschen.
3. Gut durchkochen und mixen, Ingwer, Erdnüsse und Chilipulver beigeben.
4. Mit angerührtem Maizena binden und noch einmal aufkochen.

Wok:

1. Erdnussöl erhitzen, Nudeln unter Rühren ca. 2 min braten, herausnehmen.
2. Etwas Öl nachgießen, Hühnerstreifen und Bohnensprossen und unter Rühren 2 Min. rösten.
3. Mit Salz und Pfeffer würzen, gebratenen Nudeln zugeben, rösten und die heiße Sauce untermengen.