

Reisnudeln & Wokgemüse mit „Gärten von Siam“

Vegan



Bio-Feinschmecker Rezept von Konrad Geiger
Reisnudeln mit Wokgemüse

Zutaten für 4 Personen:

(Zeit: 30 Minuten / Garzeit: 8 Minuten)



300 g getrocknete Reis-Vermicelli, 2 EL Erdnussöl, 2 Knoblauchzehen fein geschnitten, 1 Zwiebel in Streifen geschnitten, 1 kleine Chilischote entkernt, in Streifen geschnitten, 1 EL „Good Old Mild Curry“, 200 g Asia- oder Prinzess-Bohnen geputzt, 1 Karotte in Streifen geschnitten, 100 g Mini-Maiskolben, 1 EL Rohrohrzucker, 100 g Chinakohl in Streifen geschnitten, 200 g Sojabohnensprossen, 150 g Tofu geräuchert und gewürfelt, 20 g ungesalzene Erdnusskerne, 3 EL Sojasauce, 100 ml Kokosmilch, 2 EL „Gärten von Siam“, 1 Frühlingszwiebel in schrägen Streifen

Nudeln 5 Min. in kochendem Wasser einweichen, abtropfen lassen. Erdnussöl im Wok erhitzen. Knoblauch, Zwiebel und Chili dazugeben, unter Rühren braten. Curry dazugeben, 3 Min. unter Rühren braten. Bohnen, Karotten, Maiskolben, Zucker dazugeben, 3 Min. weiterrühren. Mit etwas Wasser ablöschen, Chinakohl, Sojasprossen, Tofu, Reisnudeln, Erdnüsse dazugeben. Mit Sojasauce, Kokosmilch und „Gärten von Siam“ abschmecken. Kurz aufkochen lassen, mit Frühlingszwiebeln garnieren.

