

Nudeln Rezepte

Bami Goreng - Gebratenes Nudelgericht

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Fleisch, Nudel, Teigware, Herzhaft, Asiatisch, Schweiz

150 g	Grüne Bohnen	250 g	Schweinsfilet
2	Frühlingszwiebeln	250 g	Rindshäfte
3	Zweige Stangensellerie		Salz
1	große Rüebli		Pfeffer
2	Knoblauchzehen	4	Essl. Erdnussöl
2	Cm frische Ingwerwurzel	1	Essl. Curry
1	kleine Rote Chilischote	200 g	Gekochte Crevetten
350 g	Chinesische Eiernudeln	3	Essl. Helle Sojasauce

Die Bohnen rüsten. In nicht zuviel Salzwasser je nach Größe und Qualität während 8 - 12 Minuten vorkochen. Die Bohnen abschütten und kalt abschrecken.

Während die Bohnen kochen, die Frühlingszwiebeln und den Stangensellerie rüsten. Das Rüebli schälen. Alle Gemüse in gleichmäßig feine, etwa 5 cm lange Stengelchen schneiden. Den Knoblauch und den Ingwer schälen und sehr fein hacken. Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und in feinste Streifen schneiden.

Die Eiernudeln in reichlich kochendem Salzwasser knapp weich kochen. Abschütten, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die beiden Fleischsorten zuerst in knapp fingerdicke Scheiben, dann in Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

In einem Wok oder in einer großen Bratpfanne das Öl kräftig erhitzen. Das Fleisch darin während eine bis anderthalb Minuten braten. Herausnehmen.

Bohnen, Gemüsestreifen, Knoblauch, Ingwer und Chilischote oder Peperoncino beifügen, die Curry-Gewürzmischung darübergeben und alles unter ständigem Wenden etwa 5 Minuten braten.

Nun das Fleisch wieder beifügen, Eiernudeln und Crevetten untermischen und alles nur noch sehr gut heiß werden lassen. Mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken.