

ASIA-NUDELN MIT KAROTTENSTREIFEN UND ZUCKERSCHOTEN

Zutaten (2 Personen)

- 150 g Zuckerschoten
- 2 Karotten
- 75 g Soba Nudeln
- 1 TL Sesam
- 20 ml Sojasoße
- 2 EL Erdnussöl
- 1 Limette
- 1 TL Honig
- etwas geriebener Ingwer
- Chiliflocken nach Bedarf
- etwas Koriander



Zubereitung

Zuckerschote der Länge nach halbieren, die Karotten in Streifen schneiden und den Koriander kleinhacken.

Soba Nudeln nach Packungsbeilage kochen und abtropfen lassen. Zuckerschoten in einem anderen Topf in kochendem Wasser 2 Minuten blanchieren und abgießen.

Für die Soße Sesam kurz anrösten, dann die Hälfte mit der Sojasoße, dem Erdnussöl, dem Saft der Limette, dem Honig, Ingwer und den Chiliflocken verquirlen.

Nudeln und Gemüse in eine große Schüssel geben, die Soße darüber gießen und alles vermischen. Mit dem Koriander und dem restlichen Sesam bestreuen und servieren.