

GEBRATENE NUDELN MIT HÄHNCHEN SÜß-SAUER STIL

4-5 PORTIONEN



ZUTATEN

- 250 g **Lien Ying Eier Mie Nudeln**
- 250g Hähnchenbrust
- 6 EL **Lien Ying Sang Chau Sojasauce**
- 2 EL **Lien Ying Austernsauce**
- 3 EL **Lien Ying Sesamöl**
- 2 Knoblauchzehen
- 170 g **Lien Ying Mungobohnenkeimlinge**
- 1 Möhre
- 1 Paprika
- 150 g Chinakohl
- 2 Frühlingszwiebeln
- 4 EL **Lien Ying Süß-Sauer-Sauce**

Guten Appetit!

Rila
DIE GENUSSENTDECKER®

ZUBEREITUNG

Die Mie Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten, dann abtropfen und mit kaltem Wasser abspülen. Erneut gut abtropfen lassen.

Die Hähnchenbrust in dünne Streifen schneiden und in einer Schüssel mit 2 EL Sojasauce und 1 EL Austernsauce marinieren. 2 EL Sesamöl in einer großen Pfanne (oder in einem Wok) bei mittlerer Hitze erhitzen. Hähnchen anbraten, bis es durchgegart ist. Dann aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

In derselben Pfanne 1 EL Öl hinzugeben. Den gehackten Knoblauch kurz anbraten. Den Chinakohl grob hacken, die Möhre in Julienne und die Paprika in dünne Streifen schneiden. Dann die Mungobohnenkeimlinge (abgetropft), Möhren, Paprika und Chinakohl hinzufügen. Unter ständigem Rühren für ca. 3-4 min. anbraten.

Die Mie Nudeln dazugeben und mitbraten. Die restliche Sojasauce und Austernsauce darüber gießen. Alles gut mischen. Dann das Hähnchen wieder in die Pfanne oder dem Wok geben. Süß-Sauer-Sauce und die geschnittenen Frühlingszwiebeln hinzufügen und alles gut durch rühren und nochmal alles zusammen anbraten.

