

Reisnudeln mit Tintenfisch

Kategorien: Nudeln, Land, Asien, Fisch

Zutaten für: 4 Personen

PLAAH MÜK GUAI THIAU

300	Gramm	Reisnudeln
500	Gramm	Broccoli
500	Gramm	Tintenfischtuben
1		Gemüsezwiebel
3	Essl.	Öl
3	Essl.	Süße Sojasauce
3	Essl.	Fischsauce
1	Essl.	Zucker = erhältlich im Asia Shop oder -- Asiafoodland

Anleitung:

1. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Reisnudeln etwa fünf Minuten garen. Danach die Nudeln mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
2. Broccoli putzen, kleinschneiden und in einem Topf mit etwas Salzwasser drei Minuten blanchieren. Das Salzwasser abgießen und Broccoli zur Seite stellen.
3. Tintenfischtuben der Länge nach vierteln und von einer Seite kreuzförmig einschneiden. Danach in 1 cm breite und 2 cm lange Streifen schneiden.
4. Zwiebeln schälen und in große Würfel schneiden.
5. Öl im Wok oder Pfanne erhitzen und die Tintenfischstücke und Zwiebeln dazugeben. Bei starker Hitze ca. zwei Minuten anbraten.
6. Broccoli dazugeben und kurz mitbraten lassen.
7. Nudeln ebenfalls zusammen mit der Fischsauce, Sojasauce und Zucker dazugeben und kurz braten bis alles heiß ist.

Zubereitung ca. 30-35 Minuten