

Nudeln mit Erdnussbutter und Knoblauch

Zutaten (für 2 Personen):

- 400 g frische Udon-Nudeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Stück Ingwer
- 4 EL (mit Stückchen) Erdnussbutter
- 2 EL Reisessig
- 2 EL Sesamöl
- 1 EL Sojasoße
- 2 EL Chilisoße, z.B. Sriracha-Soße
- 1 EL Honig, Agavendicksaft oder Zucker
- 2 EL Wasser
- 2 kleine Möhren
- 0,5 Salatgurke
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 0,5 Limette
- 2 TL Sesam

Statt Udon-Nudeln kann man für dieses Gericht auch lange, getrocknete Hartweizenpasta wie etwa Linguine oder Spaghetti verwenden. Dann benötigt man pro Person aber nur 100 g.

Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.

Knoblauch und Ingwer reiben, pressen oder sehr fein hacken und mit Erdnussbutter, Essig, Öl, Soja- und Chilisoße, der süßen Komponente und dem Wasser vermengen. Ist die Soße zu dickflüssig, kann man sie später mit etwas Nudelwasser verdünnen.

Möhren, Paprika, und Gurke waschen. Paprika und Gurke entkernen. Alles in je 5 cm lange und 1 cm breite Streifen schneiden. Lauchzwiebeln waschen, schräg in Streifen schneiden und für die Garnitur beiseitestellen.

Nudeln nach Packungsanleitung kochen, abgießen und etwas Nudelwasser aufbewahren.

Die Nudeln mit der Soße und den Gemüsestreifen wieder in den Topf geben und kurz verrühren. Bei Bedarf etwas Nudelwasser unterrühren. Anschließend auf Tellern anrichten und nach Geschmack mit Lauchzwiebeln, Limette und Sesam garnieren. Sofort genießen.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 20.03.2023

Koch/Köchin: Sebastian Maas

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen