

Gebratene Nudeln auf Indonesische Art-Bahmi Goreng bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

400 gr frische Eiernudeln (5mm breit), 2 Tomaten, 2 Esslöffel Erdnussöl, 4 rote asiatische Schalotten, in feine Ringe geschnitten, 2 Zehen Knoblauch, gehackt, 1 frische Chilischote, 100 gr Schweinefilet, in dünne Scheiben geschnitten, 300 gr Hähnchenbrustfilet, in dünne Scheiben geschnitten, 200 gr kleine rohe Garnelen, küchenfertig mit Schwanzflosse, 2 Blatt Chinakohl, zerpfückt, 2 Möhren, der Länge nach halbiert und in dünne Scheiben geschnitten, 100 gr Spargelbohnen, 60 ml Ketjap Manis, 1 Esslöffel helle Sojasauce, 4 Frühlingszwiebeln, schräg in Ringe geschnitten, Salz und Pfeffer, 1 Esslöffel Röstzwiebeln, Blattpetersilie zum Garnieren.

Die Zubereitung:

- 1) Die Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 1 Minute weich garen. Abtropfen lassen und mit kaltem Wasser abspülen.
- 2) Die Tomaten auf der Oberseite kreuzweise einritzen. 30 Sekunden blanchieren und abschrecken. Die Haut dann abziehen. Die Tomaten halbieren, die Kerne mit einem Löffel herauschaben und das Fruchtfleisch zerkleinern.
- 3) Einen Wok stark erhitzen, das Öl hineingeben und schwenken. Die Schalotten 1 Minute unter Rühren braten, Knoblauch, Chili und Schweinefleisch hinzufügen und 2 Minuten unter Rühren braten. Hähnchenfleisch zugeben und 2 Minuten braten. Die Garnelen zugeben und weitere 2 Minuten braten. Ständig rühren.
- 4) Chinakohl, Möhren und Bohnen hinzufügen und 3 Minuten garen lassen. Dann die Nudeln untermischen und weitere 4 Minuten unter Rühren braten, bis alles heiß ist.
- 5) Ketjap Manis, Sojasauce, Frühlingszwiebeln und Tomaten zugeben und 2 Minuten rühren. Würzen und mit Röstzwiebeln und Petersilie garnieren. Sofort servieren.