

Nudeln mit Pak-Choi-Gemüse für 2

Zutaten:

- 1 Mittelgroße Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Asiasalat
- 1 Pak Choi
- 3 Handvoll Spinat

Kokosöl oder Sonnenblumenöl zum anbraten

200 g Süße Sahne oder Kokosmilch
Salz
Pfeffer
Etwas Kurkumapulver
Paprikapulver

Nudeln nach Wahl

Zubereitung:

Nudeln, gern auch asiatische Nudeln, nach Packungsanleitung kochen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Asiasalat, Pak Choi und Spinat waschen, abtropfen lassen und klein schneiden.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebel glasig anbraten.

Mit der Sahne/Kokosmilch ablöschen und nun das geschnittene Gemüse zügig hinzugeben und einrühren. Den Knoblauch und die Gewürze darüber streuen und gut umrühren bis das Blattgemüse einfällt. Dann noch kurz eindicken lassen und mit den Nudeln servieren.

Guten Appetit!



Obsthof Großmonra

Steffen Schneider | Kirchstr. 28 | 99625 Köllda OT Großmonra
Telefon: 015755179088 | E-mail: info@obsthof-grossmonra.de