

Falsche Pad Thai



ZUTATEN (2 Personen):

- 250 g Vollkorn-Reisbandnudeln
- 200 g Räuchertofu
- 200 ml Kokosmilch
- 100 ml Brühe
- 1-2 Champignons
- 1 Schalotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1/3 rote Chili
- Ingwer
- 1 TL Curry-Pulver
- Sojasauce

SCHRITTE:

- 1) Reisnudeln in heißem Wasser einweichen.
- 2) Alle Zutaten klein schneiden.
- 3) In einer Pfanne mit etwas Öl zuerst Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Chili andünsten.
- 4) Champignons und Tofu dazugeben und 3-4 Minuten mitrösten.
- 5) Das Curry-Pulver in die Pfanne geben und mit Kokosmilch ablöschen.
- 6) Nudeln aus dem Kochtopf nehmen und in die Pfanne geben. Alles miteinander vermengen.
- 7) 100 ml Brühe und Sojasauce hinzugeben und kurz köcheln lassen.
- 8) Mit Frühlingzwiebeln garnieren und servieren.

ZUBEREITUNGSTIPPS:

Für mehr Vitamine einfach Zuckerschoten, Zucchini oder Bambussprossen hinzugeben. Diese mit den Champignons mitrösten.

Für das originale Pad Thai Gericht, Kokosmilch durch Tamarindenpaste und 3 EL Fischsauce ersetzen. Zuletzt ein Ei unterrühren.

**Unser
Club.de**

