



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?  
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760

hallo@chriskochtüte.de

facebook.com/chriskochtuete (Eine Review wäre toll!)

chriskochtüte.de

Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

# Tomos Japanische Gemüse-Bratnudeln

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Olivenöl, ein Schneidebrett, ein Messer, einen Messbecher sowie eine große Pfanne und einen Kochtopf bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 25 min gibt´s schon lecker Essen!

Wasser in einem Kochtopf zum Kochen bringen. **Knoblauch** schälen und klein schneiden. **Peperoni** waschen, längs halbieren und Kerne entfernen (Wer es sehr scharf mag, lässt die Kerne drin). Die **Karotten** schälen, längs halbieren und in lange, dünne Streifen schneiden. Das dauert zwar etwas länger, sieht aber besser aus als olle Scheiben:) **Kohl** waschen und grob klein schneiden. **Udon-Nudeln** ins Wasser geben und ca. 5 min kochen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne auf hoher Hitze erhitzen und zuerst die Karotten anbraten. Nach 4 Min den Kohl, die Peperoni sowie den Knoblauch dazugeben und weiter 4-5 Min mitbraten.

Die Nudeln abseien und mit kaltem Wasser abschrecken. Jetzt Wasser (1P: 50ml/ 2P: 100ml) mit dem **Dashi-Fischfond-Pulver** (1P: ½ Beutel reicht) und der **Sojasauce** vermengen. Zusammen mit den Nudeln in die Pfanne geben und nochmal kurz aufkochen lassen. Danach runterschalten und nochmal 2 Min alles anbraten. Wer möchte, kann jetzt noch leicht salzen.

Jetzt Tomos Gemüse-Bratnudeln auf einem schönen Teller anrichten und mit **Sesam** bestreuen. Das war´s schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend!

Gepackt von

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören.  
facebook.com/chriskochtuete wäre toll

Eine Review auf  
oder schreib an [hallo@chriskochtuete.de](mailto:hallo@chriskochtuete.de).

Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.