

## Gebratene Mienudeln mit Ei, Gemüse und Sojasauce

Monat: April 2020 / Frühling  
Menüfolge: Hauptgericht - vegetarisch  
Thema: Asia-Küche (Japan)  
Schwierigkeit: leicht  
Personenzahl: 4



Zutaten 4 Personen

400 g Mienudeln, trocken, z. B. Wendland Art.Nr. 1188453  
3 g Steinsalz  
20 g Erdnussöl  
  
20 g Erdnussöl  
800 g Gemüse-Wok-Mischung - bestehend aus:  
Pilze, geschnitten (Shiitake, Kräuterseitling)  
Rote Zwiebeln, in Spalten  
Karotten, 3 mm Scheiben  
Weißkohl, 1 cm Streifen  
Kaiserschoten, schräg halbiert  
Sojasprossen, frisch  
5 g Steinsalz  
200 g Vollei  
  
50 g Peking Plum Sauce, z. B. Wendland Art. Nr. 1132405 oder  
Süße Sojasauce Hunan, z. B. Wendland Art. Nr. 1132605  
40 g Erdnüsse, gesalzen  
40 g Lauchzwiebel, in feine Ringe geschnitten

Zubereitung

1. Die Mienudeln mit heißem Wasser überbrühen und 10-15 Minuten quellen lassen. Anschließend abschütten und mit Salz und Erdnussöl marinieren.
2. Auf dem Teppanyaki die Gemüsemischung in Erdnussöl anschwitzen und goldgelb braten.
3. Die vorbereiteten und geölten Mienudeln ebenfalls auf dem Teppanyaki anbraten, dann mit dem Gemüse vermengen, abschmecken, das gerührte Ei unterheben und auf dem Teppanyaki stocken lassen.
4. Das Gericht portionieren, mit Sojasauce, gerösteten Erdnüssen und Frühlingslauch servieren.