

# Asiatische Powernudeln



## Zutaten

für 2 Personen

250g Nudeln  
2 Rübli  
120g Lauch  
1 Fenchel  
150g Federkohl  
3 Knoblauchzehen  
½ roter Peperocini  
4 EL Wok-Öl  
1 cm Ingwer  
1 dl Wasser  
3 EL Sojasauce  
6 EL Sweet-Chili-Sauce  
1 TL Sesamöl

## Und so wird's gemacht

Nudeln in reichlich Salzwasser ca. 5 Minuten knapp bissfest garen.

Abgiessen, kalt abschrecken und beiseitestellen.

Karotten in Stäbchen, Lauch in Ringe schneiden.

Fenchel fein hobeln.

Federkohl rüsten, grobe Blattrippen entfernen.

Federkohlblätter in Streifen schneiden.

Knoblauch in dünne Scheiben schneiden.

Peperoncino hacken.

Wok-Öl erhitzen.

Gemüse darin rundum ca. 5 Minuten rührbraten.

Knoblauch und Peperoncino begeben.

Ingwer dazu reiben.

Ca. 2 Minuten weiterbraten.

Nudeln begeben.

Wasser, Sojasauce, Sweet-Chili-Sauce und Sesamöl begeben, kurz aufkochen, bis die Nudeln heiss sind.