Asiapfanne mit Gemüse

Zutaten:
2 Packungen Mie-Nudeln
1 Zucchini
3 Karotten
150 g Zuckererbsen
300 g Champignons
1 Bund Frühlingszwiebeln
3 Pak Choi
2 Knoblauchzehen
1 Glas Mungbohnenkeimlinge
400 ml Kokosmilch
Sesamöl
Sojasauce

Zubereitung:
1. Karotten schälen, die Zucchini waschen und beides grob raspeln. Die Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und waschen. Die Pak Choi in sechs Schnitze schneiden und

waschen. Auch die Zuckerschoten waschen.

2. In einer Pfanne oder einem geeigneten Topf etwas Sesamöl erhitzen und die Zucchini sowie die Karotten andünsten. Den Knoblauch pressen und dazu geben. Sobald das Gemüse weich ist, beiseite stellen und die Champignons anbraten. Zuletzt die Zuckerschoten und Pak Choi kurz anbraten. Sobald die Pak Choi weich sind, auch diese zur Seite stellen.

3. In der Zwischenzeit Wasser zum Kochen bringen und die Nudeln darin bissfest garen. Sie sollten nicht zu weich sein, da sie sonst in der Pfanne zerfallen.

4. Die Nudeln mit etwas Sesamöl in die leere Pfanne geben und kurz anbraten. Dann das Gemüse sowie die Keimlinge hinzugeben. Darüber die Kokosmilch geben und alles gemeinsam unter stetigem Unterheben durcherhitzen.

5. Zu guter Letzt mit Sojasauce würzen und servieren.

Guten Appetit