

# Gebratene Reismudeln mit Pute

## Zutaten:

200 g Reismudeln  
150 g Putenfleisch  
200 g Blumenkohl  
1 Ei  
2 EL Hühnersuppe  
2 EL süße Sojasauce  
2 EL Öl  
1 EL Sojasauce  
1 EL Zucker

## Zubereitung:

Reismudeln in kochendem Wasser etwa fünf Minuten garen. Nudeln abspülen und abtropfen lassen. Putenfleisch in Streifen schneiden. Streifen in Öl und Sojasauce einlegen. Broccoli in kleine Röschen schneiden. Röschen in Salzwasser drei Minuten blanchieren. Öl im Wok (Pfanne) erhitzen. Putenfleisch zugeben und anbraten. Die Eier dazu schlagen, verrühren, braten und mit dem Fleisch vermischen. Broccoli hinzugeben und fünf Minuten braten lassen. Nudeln, Zucker, Hühnersuppe und süße Sojasauce hinzugeben. Alles gut durchmischen. Noch einmal alles zusammen kurz braten

Druck-Version

