

# Asiatische Bratnudeln



1 Packung	(200 g) Chuba Soba (Japanische Weizennudeln)
	Salz
2	rote Paprika (à ca. 200 g)
300 g	Weißkohl
300 g	Möhren
1 Bund (ca. 200 g)	Lauchzwiebeln
1	Knoblauchzehe
100 g	Mungobohnensprossen
300 g	Rinderfilet
2 EL (à 10 g)	Öl
3 EL (à 20 g)	Asia süßscharfe Soße
4 EL	Zitronensaft
1-2 EL (à 10 g)	Sojasoße
½ Bund	Koriander
	Koriander und Zitronenspalte zum Garnieren

## Zubereitung

- 1 Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Abgießen und abtropfen lassen. Paprika waschen, vierteln, entkernen und in Stücke schneiden. Kohl putzen, waschen und in Streifen schneiden.
- 2 Möhren schälen, waschen und in Stifte schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Sprossen verlesen. Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
- 3 Öl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen, Filetstreifen darin goldbraun anbraten. Herausnehmen, Lauchzwiebeln und Knoblauch im Bratfett anbraten. Paprika, Kohl und Möhren zufügen und bei starker Hitze ca. 3 Minuten braten.
- 4 Nudeln, Sprossen und Filetstreifen zufügen und unter Wenden weitere ca. 2 Minuten braten. Asiasoße, Zitronensaft und Sojasoße verrühren. Asiatische Bratnudeln damit ablöschen und einmal gut durchrühren.
- 5 Koriander waschen, trocken tupfen und fein hacken. Unterrühren. Nudeln mit Zitronenspalte und Koriander garniert servieren.