



Glasnudelsalat mit SwissShrimps und Pak Choi

Dieser würzige Glasnudelsalat kann warm oder lauwarm, als Vorspeise oder Hauptgericht serviert werden. Er vereint Aromen aus der asiatischen Küche mit dem köstlichen Geschmack edler SwissShrimps. Ein nicht alltägliches, aber alltagstaugliches Gericht, das auch Ihre Gäste begeistern wird.



ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

150 g	SwissShrimps
150 g	Glasnudeln (Reisnudeln)
1	Pak Choi
150 g	Kefen (Zuckerschoten)
½ EL	weisser oder schwarzer Sesam
1	Frühlingszwiebel, in feine Ringe geschnitten
½	Knoblauchzehe, gepresst
½	Chilischote, entkernt und in feine Streifen geschnitten
1 TL	Ahornsirup

3 EL	Sojasauce
3 EL	Sesamöl
½	Limette, Saft
1 cm	frischer Ingwer, geschält und gerieben
Sesamöl zum Anbraten	
einige Prisen Alpensalz	

Typisch asiatisch



ZUBEREITUNG

1. Die Glasnudeln einige Minuten in einem grossen Topf mit kochendem Wasser ziehen lassen, bis sie weich sind. Das Wasser abgiessen, die Nudeln kalt abspülen und beiseitestellen. Pak Choi waschen, putzen und in Streifen schneiden. Kefen waschen, rüsten und nach Belieben in Stücke schneiden. Kefen und Pak Choi 5 Minuten in siedendem Salzwasser kochen. Das Wasser abgiessen, das Gemüse kalt abschrecken und zum Abtropfen beiseitestellen. Den Sesam in eine grosse beschichtete Pfanne geben und auf mittlerer Stufe rösten, bis er duftet.
2. Kefen, Pak Choi und Glasnudeln dazugeben und einige Minuten weiterdünsten.
3. Ahornsirup, Sojasauce, Sesamöl, Limettensaft und Ingwer miteinander verrühren. Das Gemisch über die Glasnudel-Gemüse-Pfanne giessen. Pfanne vom Herd ziehen.
4. Die Köpfe der Shrimps mit einer Drehbewegung entfernen und die Shrimps sorgfältig schälen und entdarmen. Die Shrimps auf jeder Seite rund 1 Minute mit Sesamöl anbraten.
5. Shrimps mit Alpensalz würzen und zum Gemüse und den Glasnudeln in die Pfanne geben. Alles gut vermengen.
6. Warm oder lauwarm servieren.

*Dazu passt:
Sprossen, geröstete
Zwiebeln oder Erdnüsse.*

Zubereitung als Video



Webshop



Alle Rezepte auf
www.swissshrimp.ch/rezepte