

Frühlings-Mah-Mee



250 g Teigwaren (z. B. Nudeln)
Salzwasser, siedend

Öl zum Rührbraten
100 g Schinkenwürfeli
400 g Schweinsgeschnetztes
1 Kohlrabi, in Würfeli
100 g Mungbohnen-Sprossen

1 dl Fleischbouillon
4 EL Sojasauce
0.5 TL Sambal Oelek
100 g Rucola, grobe Stiele
entfernt

Teigwaren im siedenden Salzwasser al dente kochen, abtropfen, beiseite stellen.

1. Öl im Wok oder in einer weiten, beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Schinken ca. 2 Min. rührbraten, herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen. Geschnetztes portionenweise je ca. 5 Min. rührbraten, herausnehmen, zum Schinken geben. Restliches Bratfett mit Haushaltspapier auf tupfen.

2. Evtl. wenig Öl begeben. Kohlrabi ca. 8 Min. rührbraten, Mungbohnen- Sprossen begeben, ca. 2 Min. weiterrührbraten.

3. Bouillon, Sojasauce, Sambal Oelek, beiseite gestellte Teigwaren, Fleisch und Rucola sorgfältig daruntermischen, nur noch heiss werden lassen.