



# Scharfe Nudeln mit Chili-Öl

Zeit gesamt  
20min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Bandnudeln 500 g

Knoblauchzehen 2 St.

Ingwer, frisch 5 g

Peperoni Mix 4 St.

Koriander, frisch 5 g

Öl 5 EL

Chili, gemahlen 3 EL

Sojasauce 1 EL

Essig 1 TL

## Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Bandnudeln im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Peperoni waschen, Strunk entfernen und samt Kernen grob hacken. Koriander waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.
3. In einer Pfanne 6 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Knoblauch und Ingwer im heißen Öl ca. 30 Sek. braten. Pfanne vom Herd nehmen, Peperoni und 3 EL Chilipulver in das heiße Öl geben und vermengen. Mit 1 EL Sojasauce und einem 1 TL Essig würzen.
4. Bandnudeln im Topf mit Chili-Öl vermengen und abschmecken. Scharfe Nudeln mit Chili-Öl auf Teller verteilen und mit Koriander servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Luftdicht in einem Glas verschlossen hält sich das Chili-Öl ein paar Tage. Ersetze das Chili- mit Paprikapulver, wenn das Öl weniger scharf sein soll.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	566 kcal
Kohlenhydrate	94 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	13 g