

Phad Wun Sen Gai

(Gebratenes Pouletfleisch mit Glasnudeln)

Einkaufen (für 2 Personen)

• Pouletbrust	200	g
• Glasnudeln	300	g
• Soja-Sauce salzig	2	Esslöffel
• Austern-Sauce	2	Esslöffel
• Sonnenblumenöl	1	Esslöffel
• Gemüse (Karotten, Brokkoli, Chinakohl, etc.)	1	Handvoll
• Knoblauch	1	Zehe
• Zucker	2	Teelöffel
• Limonen	1	Teelöffel
• gemahlene Chilis	1	Prise

Vorbereiten

- Glasnudeln einweichen, danach in 10 cm lange Stücke schneiden
- Poulet in kleine Stücke schneiden
- Knoblauch hacken
- Gemüse klein schneiden

Kochen

- Knoblauch in Öl gelbbraun braten
- Poulet zugeben und 1-2 Minuten anbraten
- Soja-Sauce, Austern-Sauce und Zucker zugeben, alles gut mischen
- Gemüse und Glasnudeln zugeben, rühren
- allenfalls Wasser zugeben
- Servieren mit Limonensaft und einer Prise gemahlener Chilis – FERTIG