

CATCH GAP REZEPTE

ASIATISCHE PFANNENNUDELN MIT TOFU

Zubereitungszeit 20 min | Für 2 Personen



CATCH GAP

Living in Germany



FOLLOW | COMMENT | LIKE



WWW.CATCHGAP.DE

Zubereitung

- "CATCHCAP-Pfannenspritzschutz" auf eine passende Pfanne (28cm) legen.
- Reismnudeln kochen und abtropfen lassen.
- Tofu in der Pfanne anbraten, Gemüse hinzufügen und kurz dünsten.
- Sojasauce, Ingwer, Knoblauch und Chili hinzufügen, alles vermengen.
- Nudeln hinzufügen, mit Sesamöl beträufeln und servieren.

Zutaten

Zutaten:

- 200 g Reismnudeln
- 200 g Tofu, gewürfelt
- 1 Tasse Brokkoli, in kleinen Röschen
- 2 Karotten, in dünnen Scheiben
- 3 Frühlingzwiebeln, in Scheiben geschnitten
- 3 Esslöffel Sojasauce
- 1 Teelöffel Ingwer, gerieben oder gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Chili, nach Geschmack, gehackt
- 2 Esslöffel Sesamöl

Guten Appetit wünscht Dir

Deine Ebsw



info@catchcap.de



www.catchcap.de



CATCHCAP

kochen & genießen

CATCHCAP

kochen & genießen



catchcap.de



catchcapspritzschutz



@catchcap.official