



Gebratene Nudeln mit Gemüse

Zutaten für 5 Portionen:

80	ml	Olivenöl, raffiniert
10	ST	Mu-Err-Pilze - getrocknet, 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen
300	g	Weißkraut oder Spitzkohl
300	g	Karotten
200	g	Lauch
400	g	Spaghetti ohne Ei
140	g	Erbsen - grün, TK oder frisch
2	ST	Chilischoten, kleingeschnitten
20	g	Ingwer, kleingeschnitten
2	EL	Sojasauce
1	EL	Ahornsirup (Honig - <u>Pegan</u>)
1	TL	Currypulver
		Zitronensaft nach Geschmack
		Salz

Herstellung:

1. Die eingeweichten Mu-Err-Pilze 15 Minuten in wenig Wasser kochen.
2. Spaghetti bissfest kochen.
3. Pilze, Karotten, Kraut und Lauch in Streifen schneiden.
Pilze und Kraut in heißem Öl anbraten, anschließend Karotten und Lauch dazugeben und mitbraten.
4. Die abgetropften Spaghetti und die Erbsen dazugeben und auch kurz mitbraten.
Die klein geschnittenen Chilischoten und Ingwer dazu geben – kurz mitbraten.
5. Mit Sojasauce, Ahornsirup, Currypulver, Zitronensaft und Salz abschmecken.

