



## CHINESISCHE SIEBEN KÖSTLICHKEITEN

👉 FÜR 4 ASIA-FREUNDE 👈

- 500 g Ramennudeln
- 100 g Schweinefilet
- 100 g Putenbrust
- 100 g Rindfleisch
- 100 g Entenfleisch
- 50 g Tintenfisch
- 50 g Shrimps
- 200 g Champignons
- 1 Paprika
- 400 g Pak Choi
- 30 g Mu Err Pilze getrocknet
- 2 EL Erdnüsse
- 1 Tüte Krabbenbrot
- Hühnerfett (alternativ: Erdnussöl)
- Sojasauce
- Salz
- Pfeffer

Die Ramennudeln in kochendes Wasser geben. Energie-zufuhr abstellen und die Nudeln etwa 7 Minuten ziehen lassen. Anschließend abschrecken und in einem Kochsieb abtropfen lassen.

Das Fleisch in Streifen schneiden und jeweils separat anbraten. Das Rindfleisch dabei 2-mal braten. Auch den Tintenfisch und die Shrimps getrennt anbraten.

Die Champignons vierteln, die Paprika und den Pak Choi in Streifen schneiden.

Die Mu Err Pilze – am besten über Nacht eingeweicht – klein schneiden. Nun die Chinanudeln kurz anbraten und das bereits gebratene Fleisch und den Fisch zusammen mit dem Gemüse vermengen. Das Ganze mit Sojasauce abschmecken und die Erdnüsse untermischen.

Guten Appetit wünscht  
das Studentenwerk München!

