



Tillman's Rezept-Tipp

Gebratene Nudeln

5 EL Öl, Samba Olek und 1 TL Sojasoße vermischen und in einen Wok oder eine Pfanne geben. Die Nudeln anbraten und dann die Sprossen dazugeben – alles regelmäßig wenden! Zum Schluss mit den angegebenen Gewürzen nach Geschmack würzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

250 g chinesische Eiernudeln,
200 g Sojasprossen oder
Mungokeime, 1 kleine
Lauchzwiebel(n), Öl,
Sojasauce, Sambal Olek,
Paprikapulver, Curry,
Chilipulver

Tillman's wünscht Ihnen „Guten Appetit“



www.tillmans.de