Garnelen mit gebratenen Nudeln



Chinapfanne aus dem Wok

Chinapfanne – mit Garnelen und gebratenen Chinanudeln. Mit einer Sauce aus Fisch- und Austernsauce. Verfeinert mit frischem Basilikum und Zitronenthymian.

Zutaten für 2 Personen:

- 225 g Garnelenschwänze
- 4–5 getrocknete Mu-Err-Pilze
- 4–5 getrocknete Shiitake-Pilze
- ½ Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- ½ Wurzel
- ⅛ rote Spitzpaprika
- ½ Habanero
- einige Zweige frisches Basilikum

- einige Zweige frischer Zitronenthymian
- 1 TL Sesam
- 200 g Chinanudeln
- 2 TL Fischsauce
- 4 EL Austernsauce
- etwa 50 ml Wasser
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Einweichzeit 1 Std. | Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 25 Min.

Die getrockneten Pilze für eine Stunde in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen. Chinanudeln in einem Topf mit kochendem Wasser etwa 5 Minuten kochen. Herausnehmen.

Zwiebel, Knoblauchzehen, Wurzel und Ingwer schälen. Zwiebel und Habanero in dünne Streifen, Wurzel in dünne Scheiben und Spitzpaprika in kurze, dünne Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer in kleine Stücke schneiden.

Die Basilikumblätter im Ganzen verwenden. Den Zitronenthymian nicht zu klein kleinwiegen, sondern nur die meisten Blättchen abrupfen und ansonsten grob kleinschneiden. Den Sesam in einer kleinen Pfanne ohne Fett einige Minuten braun anrösten.

Sesamöl in einem Wok erhitzen und die gekochten Chinanudeln 10–15 Minuten unter öfterem Rühren kräftig anbraten. Herausnehmen und warm stellen. Die Pilze aus dem Einweichwasser nehmen und auf einem Küchentisch oder -papier abtupfen. Dann nochmals Öl in den Wok geben und als erstes die Pilze darin anbraten, um noch überschüssiges Wasser zu verdampfen. Die Garnelen und das Gemüse hinzugeben, ebenfalls einige Minuten anbraten und dabei immer pfannenrühren. Die frischen Kräuter hinzugeben und die Fisch- und Austernsauce. Mit etwas Wasser ablöschen und verdünnen, weil die Sauce nur mit den asiatischen Saucen zu intensiv wird. Alles einige Minuten köcheln lassen, bis alles weitestgehend gegart ist und

auch die Basilikumblätter in der Sauce zerfallen.

Man kann nun die gebratenen Chinanudeln hinzugeben, vermischen, mit dem Ganzen erhitzen und in zwei Schalen servieren. Oder man serviert die Chinanudeln in Schalen und gibt erst dann von der Garnelen-Gemüse-Mischung mit Sauce darüber. Mit dem Sesam garnieren.