



Japchae/Chapchae

Ihr braucht:

250g Glasnudeln

1 Zwiebel

200g Sirloin oder rib eye filet

3 Knoblauchzehen

100g Austernpilze

Sesamöl und -samen

1 Pkg. Babyspinat

Sojasauce

1 Karotte

Honig, Salz und Pfeffer

So geht`s:

Filet in Streifen schneiden und mit Sojasauce, Knoblauch, Pfeffer und Sesamöl marinieren – Karotten, Zwiebel und Austernpilze-Julienne schneiden – Pilze mit Sojasauce, Honig, Öl und Pfeffer würzen – Babyspinat einige Sekunden blanchieren und mit kaltem Wasser ablöschen – Übriges Wasser ausdrücken und mit Salz, Knoblauch und Öl abschmecken – Währenddessen Glasnudeln nach Anweisung zubereiten und die Marinade der Austernpilze hinzufügen – Zwiebeln in einer Pfanne garen und in eine Mixschüssel geben – Danach alle Zutaten ebenso EINZELN anbraten, bis stets der richtige Garpunkt erreicht ist – Schließlich nur noch alle Zutaten in die Mixschüssel geben und genießen

Kann kalt als auch warm genossen werden

Und mit Frühlingszwiebeln und Sesamkörner getoppt werden

