

good food loop

Instant Nuddelen

(fir 500 ml Amaachglas)

Wat brauch ech?

Fir d'Thai Nuddelen:

- ½ TI gréng oder rout Thai Currypaste
- 1 TI Thai Fëschzooss
- 3 El Kokosnossmëllech
- ½ TI Ingwerpaste
- 25 g Somennuddelen oder Glasnuddelen
- 5 Zockerschoten oder mangetout, kleng geschnidden
- 5 Champignonen, kleng geschnidden
- 1 Fréijoersënnen, kleng geschnidden
- E puer Koreanderblieder
- 1 Stéck Limette

Fir d'Japan Nuddelen:

- 1 El donkel Miso-paste
- 5 Champignonen, kleng geschnidden
- 1 Fréijoersënnen, kleng geschnidden
- 25 g Tofu, a Wierfel geschnidden
- 25 g Somennuddelen oder Glasnuddelen
- ½ TI gedréchent Wakame Algenblieder
- ½ TI Sesamkären



Preparatioun

1. Alleguer d'Liewensméttel an en Amaachglas ginn.
2. Bei Zëmmertemperatur stockéiere bis dass een et iesse well.
3. D'Amaachglierer mat kachendem Waasser fëllen, den Deckel zouschrauwen a kräfteg rëselen, sou dass sech alleguer d'Liewensméttel mëschen.
4. 5 Minutten op Säit stellen.
5. No 5 Minutten, den Deckel erof schrauwen an d'Zopp an eng Schossel schëdden oder direkt aus dem Glas iessen.