

## REZEPT-SAMMLUNG

# Bratnudeln mit Schweinefilet

### Zutaten für 4 Portionen:

300 g Bandnudeln, asiatische  
1 Zehe/n Knoblauch  
1 Chilischote(n)  
400g Porree  
600 g Schweinefilet  
1 Dose Bambussprosse(n)  
Salz und Pfeffer  
2 EL Öl  
3 EL Sojasauce, helle  
100 ml Sauce (Sweet-Chili-Soße)

### Zubereitung:

Nudeln in Salzwasser kochen. Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken. Chilischote entkernen und in Ringe schneiden. Porree in Ringe schneiden. Fleisch in Medaillons schneiden, die Bambussprösslinge abtropfen lassen und vierteln. Medaillons in einer Pfanne anbraten, würzen, herausnehmen. Knoblauch und Chili im Bratöl kurz andünsten, Porree mitbraten. Dann Nudeln und Bambus mitbraten. Mit Sojasoße und Chilisoße ablöschen. Medaillons auf die Nudeln legen und zugedeckt alles 5 Minuten ziehen lassen.

Arbeitszeit: ca. 30 Min.  
Brennwert p. P.: 560 kcal