



1A+1B

Fish

Nudeln mit Garnelen und Radieschen



Zubereitungszeit
15 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

PS.

Zubereitungsart

- 1
- Die Nudeln gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Zwiebel würfeln, Knoblauch pressen, Paprika in Stücke, Radieschen vierteln und rote Chili in Ringe schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch andünsten. Garnelen, Paprika und Radieschen hinzufügen und mit Sojasoße und Limettensaft würzen. Gar braten und in der letzten Minute die Sojasprossen hinzufügen. Mit den Nudeln vermengen und mit dem Koriander garnieren.

Zutaten

- ☐
- 1 Beutel PS. food & lifestyle noodles
- ☐
- 40-50 g Garnelen
- ☐
- 50 g grüne Paprika
- ☐
- 25 g Radieschen
- ☐
- 20 g Sojasprossen
- ☐
- $\frac{1}{4}$
- rote Chili
- ☐
- $\frac{1}{4}$
- weiße Zwiebel
- ☐
- $\frac{1}{2}$
- Knoblauchzehe
- ☐
- 1 EL Olivenöl
- ☐
- 1 EL Sojasoße
- ☐
- 1 TL Limettensaft
- ☐
- 1 Zweig frischer Koriander

Nährwerte pro Person

Energie	266 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Fett	11 g
Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	28 g