1A+1B Vegetarian

Nudelsuppe mit gekochtem Ei und Pak Choi

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Lauch und Frühlingszwiebel in Ringe, Pak Choi in Stücke schneiden und rote Chili grob hacken. Die Nudeln gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. In der Zwischenzeit das Ei zwischen hart und weich kochen. Das Olivenöl in einem Suppentopf erhitzen und Pak Choi und Lauch ca. 5 Minuten braten. Die Brühe hinzufügen und die Nudeln hinzugeben. Noch kurz gut aufwärmen. In eine tiefe Schüssel gießen und Ei und Sojasoße hinzufügen. Mit Frühlingszwiebel und roter Chili garnieren und mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle noodles
- [ ] 250 ml PS. food & lifestyle kruidenbouillon
- [ ] 1 Ei
- [ ] 100 g Pak Choi
- [ ] 50 g Lauch
- [ ] ½ Frühlingszwiebel
- [ ] ¼ rote Chili
- [ ] 1 EL Kikkoman Sojasoße
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] Frisch gemahlener Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	**296 kcal**
Kohlenhydrate	**9 g**
Fett	**15 g**
Ballaststoffe	**5 g**
Eiweiß	**27 g**