

GEBRATENE NUDELN MIT TOFU

mit LAUX Teriyaki Sauce



🕒 25 min

🍴 4

◆◆◆ Einfach

🌿 Vegan

GEBRATENE NUDELN MIT TOFU

mit LAUX Teriyaki Sauce

asia kitchen
LAUX

Schritt 1: Brokkoli waschen und Champignons putzen. Die Röschen vom Brokkoli abtrennen und für 3 Minuten blanchieren. Champignons in Scheiben und Tofu in Würfel schneiden.

Schritt 2: 3 EL Sonnenblumenöl in einem beschichteten Wok erhitzen, Tofu darin anbraten, bis er knusprig-braun ist. Aus dem Wok entnehmen und dann Brokkoli und Champignons im restlichen Sonnenblumen Öl bei hoher Hitze 3-4 Minuten braten.

Schritt 3: Mie Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten. Nudeln und Tofu zum Gemüse geben und alles mit der Teriyaki Sauce ablöschen. Kurz aufkochen lassen.

Schritt 4: Nudeln und Gemüse auf Tellern verteilen, mit dem gerösteten Sesamöl beträufeln und mit Sesam bestreuen. Nach Belieben Koriander waschen, klein zupfen und direkt vor dem Servieren über das Gericht geben.

Tipp: Wer keinen Tofu mag und lieber Fleisch isst, tauscht den Tofu einfach aus – zum Beispiel gegen Hähnchen oder Rindfleisch.

Feinkost & Spirituosen Spezialitäten aus unserer LAUX Manufaktur gibt es mit exklusiver Beratung im ausgewählten Fachhandel und online.

📱 🌐 laux.deli | www.laux-deli.de

Zutaten

90 ml LAUX
Teriyaki Sauce
1 Kopf Brokkoli
250 g Champignons
300 g Tofu
5 EL Sonnenblumenöl
450 g Mie Nudeln
2 EL geröstetes
Sesamöl
2 EL Sesam
½ Bund frischer
Koriander (optional)

Würzig mit Sojasauce,
Sake und Mirin für
die ASIA KITCHEN

Schmeckt süßlich-würzig
mit salzigem Umami



TERIYAKI SAUCE

145 ml | 7900602