

## Asia Curls in der Gemüsepfanne

250 g Asia Curls vom Specht  
250 g gemischtes Gemüse nach Wahl,  
z. B. Erbsen, Zuckererbsen, Bohnen, Zucchini  
Brokkoli, grüner Spargel,...  
etwas Butter  
2 – 3 Frühlingszwiebeln  
1 Glas Mungbohnenkeimlinge  
Curry, Salz, Pfeffer, evt. Sojasauce, Suppengewürz  
1 Becher Sahne  
½ ltr Wasser

Das Gemüse waschen und nach Wunsch kleinschneiden. Die Zwiebeln in Ringe schneiden. Die Butter erhitzen und das Gemüse darin andünsten, würzen mit reichlich Curry, Salz, Pfeffer, Sojasauce und Suppengewürz. Mungbohnenkeimlinge und die Asia Curls **trocken** zugeben.

½ ltr Wasser hinzufügen und alles vorsichtig vermischen, dass alle Nudeln nass werden. Während der weiteren Garzeit von ca. 7 – 10 Minuten immer wieder vorsichtig umrühren, damit alle Nudeln gleichmäßig garen.

Zum Ende der Garzeit 1 Becher Sahne zugeben und abschmecken.

Wer keine Keimlinge mag, darf sie ruhig weglassen. Natürlich können die Nudeln auch separat gekocht werden. Aber keine Angst, die Nudeln werden gar!

Guten Appetit mit **Nudeln vom Specht**