



## GLASNUDELSALAT MIT GARNELEN UND ERDNÜSSEN

**Zutaten:** (Für 6 Personen)

150 g Glasnudeln  
2 Möhren  
1 rote Paprikaschote  
2 Lauchzwiebeln  
2 Mini Pak choi  
70 g Erdnüsse  
100 g frische Sprossen  
1 Chillischote  
30 g Ingwer  
1 Limette  
3 EL Sojasoße  
2 EL Honig  
1 EL Sesamöl  
2 EL Öl  
1 knapper TL Salz  
etwas Pfeffer  
12 Garnelen  
Salz  
Pfeffer  
2 EL Öl

### **Zubereitung:**

Übergieße 150 Gramm Glasnudeln mit kochendem Wasser und lasse sie für zwei Minuten darin quellen. Anschließend gießt du sie durch ein Sieb und schreckst sie kurz mit kaltem Wasser ab.

Jetzt bereitest du das Gemüse vor:

- Möhren schälen und mit dem Julien-Hobel in dünne Streifen hobeln
- Paprikaschote waschen, halbieren, Kerne und weiße Scheidewände entfernen und ebenfalls in Streifen hobeln (alternativ in Streifen schneiden)
- Lauchzwiebeln waschen, äußerste Schale entfernen und in Ringe schneiden
- Mini Pak choi vom Strunk trennen, die Blätter einzeln unter klarem Wasser waschen. Danach schneidest du den Pak choi in feine Streifen.

Für die Salatmarinade muss die Chillischote gewaschen und in sehr kleine Würfel geschnitten werden. Ingwer schälst du erst und hackst sie dann ebenfalls klein. Jetzt kannst du die Limette mit heißem Wasser waschen, die Schale zum Ingwer reiben und auch ihren Saft auspressen.

Jetzt mischst du die zerkleinerte Chillischote, den gehackten Ingwer, Limettenabrieb, Limettensaft, drei Esslöffel Sojasoße, zwei Esslöffel Honig mit einem Esslöffel Sesamöl und zwei Esslöffeln Öl. Würze mit Salz und Pfeffer.

Wenn die Marinade eine gleichmäßige Konsistenz angenommen hat, kannst du Glasnudeln, Gemüse, die gewaschenen Sprossen, Marinade und 70 Gramm Erdnüsse mischen und zum Durchziehen beiseite stellen.

Jetzt fehlen nur noch die Garnelen. Würzen mit Salz und Pfeffer.

Anschließend brätst du sie in einer beschichteten Pfanne mit zwei Esslöffeln Öl von beiden Seiten an. Wenn die Garnelen eine dunkel orange Farbe angenommen haben, können Sie auf den Salat gegeben werden.