

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Gebratene Reismudeln mit Huhn (“Phad Thai Koong Sod”)

Koch: Kris Steppe

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Phad Thai

- 4 EL Pflanzenöl
- 15 g Knoblauch
- 20 g Schalotten
- 200 g Tofu
- 25 g Steckrüben
- 150 g Hühnerbrust
- 40 g Palmzucker
- ½ EL Kristallzucker
- 24 g Fischsauce
- 12 g Reisessig
- 30 g Tamarindensaft
- 2 EL Wasser
- 320 g Reismudeln (zuvor 10-15 Minuten in kaltem Wasser eingeweicht und abgeseiht)
- 2 Eier

- ¼ TL Chiliflocken
- 2 g Garnelenpulver
- 24 g geröstete Erdnüsse (gehackt)
- 50 g Frühlingszwiebeln (3 cm lange Stücke)
- 100 g Sojasprossen

Für die Garnitur

- 4 Limettenhälften
- frische Korianderblätter

Zubereitung

1. Für das Phad Thai zuerst den Knoblauch und die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden und diese in heißem Pflanzenöl in einem Wok anbraten. Die geputzte Hühnerbrust, den Tofu und die Steckrüben in kleine Würfel schneiden, diese in den Wok hinzufügen und mitbraten – immer wieder umrühren, dass nichts anbrennt oder zu dunkel wird.

2. Nun den Palmzucker, den Kristallzucker, die Fischsauce, den Reisessig, den Tamarindensaft und einen Schuss Wasser begeben und alles gut miteinander vermengen.

3. Die eingeweichten, abgeseihten Reismudeln dazugeben und mit den restlichen Zutaten im Topf vermischen. Dann die Eier seitlich in die Pfanne schlagen, leicht anrösten, bis sie stocken und unter die Nudeln mischen.

4. Das Phad Thai mit den Chiliflocken, dem Garnelenpulver, den gehackten, gerösteten Erdnüssen, den in 3 cm lange Stücke geschnittenen Frühlingszwiebeln und den Sojasprossen vermengen, den Wok vom Herd nehmen und alles kurz durchziehen lassen.

5. Zum Schluss die gerösteten Reismudeln mit Huhn in einem tiefen Teller anrichten und mit einer Limettenhälfte und frischen Korianderblättern garnieren.