Chinesische Möhren-Nudel-Pfanne

Zutaten

- 400 g Reismudeln
- 250 g Krabben
- 2 EL Soja Sauce
- etwas Pfeffer
- 300 g rote Paprikaschoten
- 350 g Lauch
- 400 g Möhren
- 4 EL Sesamöl
- 750 ml Wasser
- 2 Beutel MAGGI Food Travel Fix für China-Pfanne Chop Suey

Zubereitung

1. Reismudeln nach Anweisung auf der Packung zubereiten. Krabben mit Soja Sauce und Pfeffer marinieren.
2. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Möhren putzen, waschen, schälen und in Streifen schneiden.
3. In einem Wok Sesamöl heiß werden lassen. Gemüse zugeben und ca. 5 Min. unter Rühren andünsten. Nudeln und Krabben zugeben und 2 Min. mitbraten. Wasser zugießen. MAGGI Food Travel Fix für China-Pfanne Chop Suey einrühren, zum Kochen bringen und zugedeckt 5 Min. kochen. Dabei gelegentlich umrühren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	78 g
Energie	622 kcal
Fett	19 g
Protein	33 g

⌚ 29 Minuten

⊕ 4 Portionen