



Bami Goreng

Zutaten

- 100 g Mie Nudeln
- 200 g rote Paprikaschote
- 150 g Karotten
- 100 g Frühlingszwiebeln
- 100 g frische Sojabohnenkeimlinge
- 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 1 Beutel MAGGI MAGIC ASIA Würzpaste für Nasi Goreng Style

Zubereitung

1. Mie Nudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Gut abtropfen lassen.
2. Paprika waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in dünne Streifen schneiden. Karotte schälen und in dünne Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Sojasprossen gut abrausen und trockentupfen.
3. In einer Pfanne das Öl heiß werden lassen. Paprika und Karotten darin ca. 5 Min. anbraten. Frühlingszwiebeln und Sprossen dazugeben, kurz mitbraten. Würzpaste und abgetropfte Mie Nudeln dazugeben, gut vermischen und alles zusammen heiß werden lassen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	58 g
Energie	362 kcal
Fett	8 g
Protein	13 g

- ⌚ 25 Minuten
- ⊕ 2 Portionen