VEGANE FILET-STREIFEN IM SOJA-HONIG-MANTEL AUF BUNTEM GEMÜSE MIT REISNUDELN

4 PORTIONEN | 35 MIN | MITTEL

ZUTATEN

2 Pkg. Garden Gourmet Vegane Filet-Streifen

100 ml Sojasauce

50 ml Honig

2 EL Sesamöl

1 Zucchini

1 Karotte

1 Paprika

50 g Edamame (gefroren)

1 Zwiebel (weiß)

100 g Reisnudeln

Salz und Pfeffer

TIPPS

Garnieren mit Sesamsamen

Zum Servieren die Gericht mit gerösteten Sesamsamen bestreuen, um eine zusätzliche Geschmacksnote hinzuzufügen.

Überrasche deine Gäste mit einem ganz besonderen Gericht – unseren Garden Gourmet Veganen Filet-Streifen im köstlichen Soja-Honig-Mantel, serviert mit zarten Reisnudeln. Dieses Gericht ist nicht nur unglaublich lecker, sondern auch garantiert ein Highlight bei jeder Gelegenheit!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Zubereitung Gemüse

Das Gemüse gründlich waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Anschließend zusammen mit 1 Esslöffel Sesamöl in einer Pfanne kurz anbraten, bis es leicht angebraten ist, und nach Belieben würzen, um den Geschmack zu intensivieren.

2. Filet-Streifen anbraten

Die Garden Gourmet Veganen Filet-Streifen zusammen mit dem restlichen Sesamöl in einer Pfanne scharf anbraten, bis sie schön gebräunt sind. Anschließend mit der Sojasauce und dem Honig ablöschen und alles zusammen auf mittlerer Hitze so lange einkochen lassen, bis die Sauce sirupartig wird und die Filet-Streifen perfekt umhüllt.

3. Zubereitung Nudeln

In einem Topf etwa 2 Liter Wasser zum Kochen bringen, die Reisnudeln hinzufügen und für etwa 6 Minuten ziehen lassen, bis sie weich sind. Anschließend die Nudeln abgießen und gleichmäßig auf 4 Schalen verteilen.

4. Es kann angerichtet werden!

Das Gemüse sorgfältig auf Tellern anrichten, die Garden Gourmet Veganen Filet-Streifen mit der köstlichen Sauce großzügig darüber beträufeln und das Ganze zusammen mit den Reisnudeln servieren. So entsteht eine perfekt abgestimmte und ansprechend angerichtete Mahlzeit.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE