

Sämige Sesam-Chili-Nudeln



► Beschreibung

Cremige, leicht scharfe Nudeln mit tiefer Sesamnote, minimalem Aufwand und maximalem Suchtfaktor. Kein ChiChi, keine Deko – einfach ehrliches Feierabend-Essen, das auch am nächsten Tag aufgewärmt brutal gut ist.

► Zutaten

- 500 g Weizen nudeln oder Ramen
- 4 EL Sesammus (Tahin)
- 2 EL Erdnussbutter (cremig)
- 3 EL Sojasauce
- 2 EL Chiliöl (nach Schärfetoleranz)
- 2 EL Reisessig oder Apfelessig
- 1 EL Ahornsirup oder Zucker
- 3 Knoblauchzehen, fein gerieben
- 1 daumengrosses Stück Ingwer, fein gerieben
- 250 ml Nudelkochwasser
- 3 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten
- 2 EL Sesam (weiss oder schwarz)
- Optional: Brokkoli-Röschen, Edamame oder gebratene Pilze

► Zubereitung

1. Nudeln in Salzwasser kochen. 250 ml Kochwasser auffangen, Nudeln abgiessen.
2. In einer grossen Schüssel Sesammus, Erdnussbutter, Sojasauce, Chiliöl, Essig, Ahornsirup, Knoblauch und Ingwer glatt rühren.
3. Schluckweise heißes Nudelwasser einrühren, bis eine sämige, glänzende Sauce entsteht.
4. Nudeln (und optional Gemüse) unterheben, alles kräftig durchziehen lassen.
5. Mit Frühlingszwiebeln und Sesam toppen. Fertig.

► Zusatzinfos

- Zu dick? Mehr Nudelwasser. Zu dünn? 1 TL Sesammus nachlegen.
- Kalt ebenfalls extrem gut → ideal fürs Meal-Prep.
- Wenn du's noch deftiger willst: 1 TL geröstetes Sesamöl am Schluss.

Erstellt mit der ZUTATO-App

