

»Spargelfleisch mit Bandnudeln« Das schnelle und leckere Pfannengericht

- **600g Rind,- Schweine- oder Putenfleisch zum Kurzbraten**
- 500 g Bandnudeln
- 500-750g Spargel weiss/grün
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- edelsüßes Paprikapulver
- Chilipulver
- Asiagewürz n. Geschmack
- Sojasauce
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitung:

Fleisch in Streifen schneiden, den Spargel weiss schälen und grün waschen und vorbereiten (Enden abschneiden) und in ca. 2 - 3cm lange Stücke schneiden. Knoblauch fein hacken.

Zwiebeln schneiden, Wasser für die Nudeln aufsetzen

Fleisch in etwas Olivenöl in einer großen, hohen Pfanne anbraten, Zwiebeln hinzugeben, mit wenig Salz, Pfeffer, Paprika und Asiagewürz würzen, aus der Pfanne nehmen und bei Seite stellen

Die Nudeln jetzt nach Packungsangabe gar kochen.

Neues Olivenöl in die Pfanne geben und die Spargelstücke mit etwas grobem Salz ca. 5 bei höherer Hitze Minuten anbraten. Knoblauch hinzufügen, kurz mitbraten. Das Fleisch wieder zugeben, 2 Minuten schmoren.

Dann die abgegossenen Nudeln in die Pfanne geben, gut durchmischen.

Alles mit Sojasauce, Chilli und den Gewürzen nochmals abschmecken.

Direkt aus der Pfanne am Tisch servieren

Wiblingen am Pranger

Pranger 1

89079 Ulm-Wiblingen

Tel. 0731 . 94 58 95 98

Öffnungszeiten

Mo-Fr: 7.30-18.00 Uhr

Sa 7.30-12.30 Uhr