



hr1-DOLCE VITA

Hubertus Tzschirner

Pastalover, but different!

Udon mit Spitzkohl, Shiitake, Ingwer, Koriander, Chili, Knoblauch, roter Zwiebel und Brokkoli

Für 6 – 8 Personen

ZUTATEN:

300 g Udon (japanische Nudelsorte)	1 EL Butter
½ Spitzkohl, grob in Rauten geschnitten	2 EL Sojasoße, less Salt oder normale
½ Brokkoli, in lange kleine Röschen geschnitten	1 Limette, Saft und Abrieb
200 g Shiitake Pilze, grob geschnitten	1 Bund Koriander, gewaschen und grob geschnitten
1 TL Ingwer, in feine Streifen geschnitten	1 Schale Rettichkresse, rot oder grün
½ bis 1 Zehe Knoblauch, fein gehackt	2 Eigelb, in einer kleinen Schüssel vorbereitet
1 große rote Chilischote, in feine Ringe geschnitten	etwas Meersalz
1-2 rote Zwiebeln, halbiert in Streifen geschnitten	etwas Sesamöl oder Pflanzenöl

ZUBEREITUNG

Udon Nudeln regulär in Salzwasser kochen bis sie al dente sind (Nudelwasser wird noch benötigt). Eine große Pfanne erhitzen und alle Zutaten bereithalten. Sesamöl in die Pfanne geben und den Broccoli rundherum goldgelb bei hoher Hitze rösten, Spitzkohl, rote Zwiebeln und Shiitake Pilze zugeben und ebenfalls mitrösten. Alles zusammen mehrfach schwenken und beim Anbraten schon eine Prise Salz zugeben. Das Gemüse in der Pfanne ein wenig beiseiteschieben oder gar komplett kurz aus der Pfanne nehmen. Nochmals ein wenig Öl in die Pfanne geben und Ingwer, Knoblauch und ein wenig der Chili anbraten (die Chili erst zum Schluss kurz dazugeben) und goldgelb rösten. Anschließend alle bisher verwendeten Zutaten wieder mischen und mehrfach schwenken. Eine bis zwei Kellen vom Nudelwasser, die Sojasoße und die Butter unter die Eigelbe rühren (das kennt man von der klassischen Carbonara-Zubereitung).

Nudeln abschütten und in die Pfanne mit dem Gemüse geben, mehrfach schwenken. Die Temperatur auf geringe Hitze drosseln und unter ständigem Rühren und Schwenken leicht sämig stocken lassen. Anschließend mit dem Limettenabrieb, dem



hr1-DOLCE VITA

Saft und der Hälfte der Kräuter noch einmal durchschwenken und mit den übrigen Chilischoten und Kräutern garniert sofort servieren.

Tipp: Beim leichten Einkochen darauf achten, dass die buttrige Soße sehr cremig bleibt, das geht nur wenn das Ei nicht zu viel stockt. Wer auf das Ei verzichten möchte, es funktioniert auch ohne sehr gut.

Wer zufällig Ponzusoße (japanische Würzsoße aus Sojasoße, Reisessig und Limette) im Hause hat, sollte unbedingt diese statt der herkömmlichen Sojasoße verwenden. Und wer zufällig noch Dashifond bei sich findet, kann auch davon etwas verwenden, doch immer mit Bedacht, denn die Nudeln sind schon salzig und alle genannten Soßen haben ebenfalls einen recht hohen Salzanteil.

Dieses Gericht unbedingt mit Stäbchen essen, dies verheißt den höheren Genuss! ;-)