1A+1B Fleisch

Nudelsuppe mit Pak Choi

Zubereitungszeit
10 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Nudeln ca. 10 Minuten in reichlich Wasser kochen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und rote Chili, Pak Choi, Lauch und Champignons zusammen mit der Sojasoße ca. 3 Minuten anbraten. Die Steakstücke hinzufügen und noch ca. 2 Minuten mitbraten.
2. Die Brühe hinzufügen und mit Deckel noch ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen. Die Nudeln hinzufügen und kurz durchrühren. Die Suppe in einer Schüssel servieren.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle noodles
- [ ] 40-50 g Steak, in dünnen Streifen
- [ ] 50 g Pak Choi, geschnitten
- [ ] 50 g Lauch, in Ringen
- [ ] 50 g Champignons, in Vierteln
- [ ] 0.5 rote Chili, Kerne entfernt und in kleinen Stücken
- [ ] 200 ml Hühnerbrühe
- [ ] 1 EL Kikkoman Sojasoße
- [ ] 1 EL Olivenöl

Nährwerte pro Person

Energie	**284 kcal**
Kohlenhydrate	**8 g**
Fett	**12 g**
Eiweiß	**31 g**