



Ein Rezept von <http://feuchtfrohlich.wordpress.com/>

Phat Thai für 2:

Durchgestrichen immer die „Original“zutaten, dahinter „meine“ Zutaten.

Zutaten:

- 200 g ~~Glas/Reisnudeln~~ Udon
- 3-4 El Öl
- 250 g ~~Tofu mit fester Konsistenz~~ Garnelen
- 4-5 El Sojasauce
- 3-4 Frühlingszwiebeln in feine Ringe geschnitten
- ~ 1-2 Knoblauchzehe in feine Scheiben geschnitten
- 150 g Sojasprossen
- Cashewkerne (oder Erdnüsse, nicht gesalzen)
- 2 Eier, verquirlt
- 1 Limette

Und für die Phat Thai Sauce:

- 250 ml Tamarindsauce
- 250 ml Sojasauce
- 3-4 El Palm Sugar (oder brauner Zucker)
- ~1 Tl Chilipulver (je nach persönlicher Leidensfähigkeit)

Zubereitung:

Als erstes rühren wir die Phat Thai-Sauce: hierzu in einem Topf die Tamarindsauce (ersatzweise nimmt man Limettensaft) und Sojasauce erhitzen, darin den Palmzucker/braunen Zucker schmelzen und mit Chilipulver würzen, bis die gewünschte Schärfe erreicht ist.

Die Nüsse im Wok ohne Öl anrösten, etwas abkühlen lassen und klein hacken. Beiseite stellen.

Die ~~Reisnudeln~~ Udon mit kochendem Wasser übergießen ~~und nach Packungbeschreibung ziehen lassen.~~

Während die ~~Reisnudeln~~ Udon im warmen Wasser ziehen, das Öl im Wok erhitzen. ~~Gewürfelten Tofu~~ Garnelen, Zwiebeln und in Scheiben geschnittenen Knoblauch darin anbraten. Dann bei starker Hitze die Sojasprossen und die Phat Thai-Sauce (nach und nach, bis die gewünschte Würze/Konsistenz erreicht ist) dazugeben und alles zügig miteinander vermischen.

Alles im Wok am Rand hochschieben (so machen das die Wok-Profis) oder aber herausnehmen (so machen das die Wok-Anfänger oder die, die keinen Wok nutzen sondern eine Pfanne ohne hohen

Rand zum hochschieben) und das verquirlte Ei auf die freie Fläche im Wok schütten, stocken lassen und dann mit den gehackten Nüssen mischen. Danach die ~~Reisnudeln~~ Udon zufügen und alles vermengen (vorsichtig, sonst gibt es ~~Reisnudel~~/Udon-Matschepampe).

Auf den Tellern verteilen und jeweils mit einer halben Limette servieren