

MAH MEH

Zutaten

- 1 Stk. Chinakohl, nudelig geschnitten
- 2 Knoblauchzehe
- 200g Nudeln, Chinese Eiernudeln
- 2 EL Sesamöl
- 1 Stk. Peperoni, rot
- 1 Stk. Peperoni, gelb
- 1 Prise Pfeffer
- 400g Pouletbrust
- 1 TL [Cayenne, Flocken](#)
- 2 EL Sojasauce
- 2 Zwiebeln, gehackt

Für das Mah Meh zuerst das Gemüse waschen, rüsten und klein schneiden. Als Nächstes die Pouletbrüste waschen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Das Fleisch in einer Pfanne oder Wok mit etwas erhitztem Öl von allen Seiten anbraten bis das Fleisch eine schöne Bräunung hat. Mit Salz, Pfeffer und Cayenne würzen und warm halten. Anschliessend das Gemüse mit den Zwiebeln und dem Knoblauch in einer Pfanne oder Wok mit erhitztem Öl andünsten und mit Salz, Pfeffer und Sojasauce würzen. Das Gemüse einige Minuten in der Sojasauce anbraten bis es eine schöne Farbe angenommen hat. Zuletzt die Nudeln in einem Topf mit reichlich Salzwasser kochen, abseihen und in eine grosse Schüssel geben. Abschliessend das angebratene Gemüse und die Pouletstreifen zu den Nudeln geben und gut vermengen und auf grossen Tellern anrichten.

