Chili-Nudeln mit Spiegelei

Zeit gesamt 15min

Zubereitungszeit 15min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Spaghetti	500 g
Frühlingszwiebeln	4 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Salatgurken	0.5 St.
Öl	5 EL
Chili, gemahlen	2 EL
Sojasauce	2 EL
Essig	1 TL
Eier	4 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf, große Pfanne, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Spaghetti im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

2. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Gurke waschen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

3. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen. In einer Schüssel Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Chili vermengen. Heißes Öl darübergeben. Mit Sojasauce und einem Spritzer Essig würzen und ziehen lassen.

4. Pfanne erneut auf hoher Stufe erhitzen. Eier in die Pfanne aufschlagen und Spiegeleier ca. 4 Min. goldbraun ausbacken.

5. Kalte Nudeln in die Schüssel geben und mit der Sauce vermengen. Gurkenscheiben dazugeben und auf Teller anrichten. Kalte Chili-Nudeln mit Spiegelei servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Für dieses Rezept kannst du deine Nudeln vom Vortag verwenden. Statt Chili-Pulver kannst du auch eine frische Chilischote oder Peperoni verwenden.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	641 kcal
Kohlenhydrate	95 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	18 g