

Schupfnudeln mit Wok-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Schupfnudeln:

150 g Kartoffeln, mehligk. 15 g Hartweizengrieß 30 g Mehl
15 g Margarine 1 TL Muskat, Salz, Pfeffer

Für das Wok-Gemüse:

100 g Zuckerschoten 2 Lauchzwiebeln 1 Paprika, gelb
4 Mini-Maiskolben 6 Stangen Thai-Spargel 10 g Ingwer
1 Knoblauchzehe 3 EL Sweet Chilisauce 1 EL Sojasoße
50 ml Gemüsefond 1 TL Madras-Curypulver 3 EL Sesamöl
Salz

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. In zwei Töpfen Salzwasser zum Kochen bringen. Für den Schupfnudelteig die Kartoffeln schälen und im Salzwasser garen. Dann abgießen und in einer Schüssel zerstampfen, etwas abkühlen lassen. Den Grieß, das Mehl und die Margarine sowie etwas Salz, Pfeffer und Muskat dazu geben und alle Zutaten zu einem gut durchgemischtem Teig kneten. Die Hände mit Mehl bestäuben und aus dem Teig längliche, fingerförmige Nudeln formen. Für das Wok-Gemüse die Zuckerschoten, die Lauchzwiebeln und die Paprika waschen und trocken tupfen. Die Lauchzwiebel in Stücke schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Die Mini-Maiskolben der Länge nach halbieren. Von den Spargelstangen das holzige Ende abschneiden. Den Ingwer schälen, den Knoblauch abziehen und beides fein würfeln. Die Schupfnudeln in das kochende Salzwasser geben und anschließend den Topf vom Herd nehmen. Die Schupfnudeln im Salzwasser ziehen lassen und sobald sie an der Wasseroberfläche schwimmen herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Das Sesamöl in einem Wok erhitzen, den Ingwer mit dem Knoblauch darin andünsten. Das Gemüse und die Schupfnudeln hinzufügen und unter ständigem Rühren etwa sechs bis acht Minuten anbraten. Mit dem Madras-Curry und Salz abschmecken. Zum Schluss alles mit dem Gemüsefond und der Sojasoße ablöschen. Den Wok vom Herd nehmen und die Sweet Chilisauce untermischen. Auf einem Teller anrichten und servieren.

Sarah Schönweitz am 10. Juni 2014