

# Geröstetes Roastbeef mit Glasnudeln und Pak-Choi

**Für zwei Personen**

**Für das Roastbeef:**

2 Roastbeef-Stücke, à 150 g    Olivenöl                    weißer Pfeffer, Salz

**Für die Glasnudeln:**

100 g Glasnudeln	2 Knoblauchzehen	1 rote Chilischote
25 g Ingwer	2 Pak-Choi	100 g Shiitake
1 Limette	2 EL Sojasauce	200 ml Mangosaft
1 TL Sesam	Salz	

Glasnudeln in eine Schüssel geben und vollständig mit heißem Wasser bedecken und quellen lassen.

Sojasauce und Mangosaft in einen kleinen Topf geben und bei maximaler Hitze etwa fünf Minuten auf die Hälfte reduzieren lassen.

Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Chilischote halbieren, Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden. Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden.

Pak Choi vom Strunk befreien und Blätter auseinander zupfen und Shiitake in dünne Scheiben schneiden.

Limette heiß abwaschen, Schale abreiben und den Saft auspressen. Koriander mit Stielen grob hacken.

Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Roastbeef von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und darin von beiden Seiten etwa eine Minuten anbraten. Die noch restwarme Pfanne vom Herd nehmen und mit Alufolie bedecken. Darin das Fleisch zehn Minuten ziehen lassen.

In weiterer Pfanne Öl erhitzen und Shiitake bei hoher Hitze anbraten. Pak Choi, den Ingwer, Knoblauch und Chili hinzufügen und alles etwa eine Minuten braten lassen.

Glasnudeln aus dem Wasser nehmen und zu dem Gemüse in die Pfanne geben. Mit Mango- Soja-Sud ablöschen. Koriander und Limettensaft hinzufügen und alles mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Das geröstete Roastbeef mit Glasnudeln und Pak Choi auf Tellern anrichten, mit Sesam und Limettenabrieb garnieren und servieren.

Julia Bayer am 05. November 2015