

## Silbernadeln mit verschiedenen Fleischsorten

100 g mageres Schweinefleisch	100 g Hühnerfleisch	100 g gesäuberter Kalmar
100 g Garnelenfleisch	3 bis 4 getrock. schwarze Pilze	1 Ei
30 g Bohnenkeimlinge	1 kl. Stange Porree	1 kl. Scheibe Schinken
frischer Koriander	Öl	
<b>Würzmischung:</b>		
1 EL helle Sojasauce	1 EL Reiswein	1 TL Salz
1 1/2 TL Zucker	1 TL Sesamöl	
<b>Silbernadeln:</b>		
125 g Weizenstärke	125-150 ml kochendes Wasser	1 TL Schweineschmalz
2 EL Maisstärke		

Die Pilze 25 min. einweichen.

Zunächst die Nudeln herstellen. Weizen- und Maisstärke in eine Rührschüssel sieben, in der Mitte eine Mulde machen, das kochende Wasser hineingießen und das Schmalz hinzufügen. Die Zutaten rasch mit einem Holzlöffel vermischen, zudecken und 5 bis 6 Minuten ruhen lassen. Anschließend mit eingöhlten Händen auf einer leicht geöhlten Arbeitsfläche aus kleinen Teigstücken Kugeln formen. Diese mit der Handfläche auf der Arbeitsfläche hin und her rollen, so daß dünne, an den Enden spitz zulaufende Nudeln entstehen. Den gesamten Teig verarbeiten und die Nudeln beiseite stellen.

Kalmar sowie Schweine- und Hühnerfleisch in dünne Streifen schneiden, die Garnelen in kleine Stücke. Die Pilze abtropfen lassen, Stiele entfernen und Hüte ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Das Ei leicht schlagen und zurückstellen. Bohnenkeimlinge waschen und gut abtropfen lassen. Porree und Schinken in dünne Streifen schneiden, den Koriander waschen und abtropfen lassen.

Einen Wok erhitzen, mit einem öligen Tuch auswischen und das geschlagene Ei hineingießen. Den Wok kippen und drehen, damit sich die Masse verteilt und ein großes Omelett entsteht. Stocken lassen, dann wenden und die andere Seite backen. Herausnehmen und zum Abkühlen auf ein Tuch legen.

2 bis 3 Eßlöffel Schmalz oder Öl in den Wok geben und die Nudeln bei großer Hitze 1 Minute unter Rühren braten, dann die Temperatur herunterschalten und noch einmal 2 Minuten braten. Dabei ständig rühren. Auf eine Servierplatte heben und beiseite stellen.

Das in Streifen geschnittene Fleisch in den Wok geben und unter Rühren braten, bis es gar ist. Pilze, Bohnenkeimlinge und Porree hinzufügen und - ebenfalls unter Rühren - kurz braten.

Zutaten für Würzmischung und Sauce dazugeben und bei hoher Temperatur gründlich vermengen. Die Mischung über die Nudeln schöpfen.

Das Omelett in feine Streifen schneiden und, zusammen mit Schinken und Koriander, als Garnierung verwenden. Man kann diese Zutaten aber auch unter das Gericht mischen.

Chinesisch am 04. Januar 2019