

Scharfe Tomaten Bandnudelpfanne

es waren noch zwei rote und grüne Peperoni zu verbrauchen. Zusammen mit Zwiebel, Knoblauch, halbierten kleinen Tomaten und selbstgemachten Bandnudeln im WOK zusammen geführt. Die Zutaten ohne Mengenangaben sind daher sehr variabel.

Die Bandnudeln diesmal mit Gochujang direkt im Nudelteig gepimpt. Hatte dann aber nicht die erwünschte schärfe. Muss ich noch nachjustieren. Für ein wenig gelb natürlich wie immer eine Prise Kurkuma beigegeben.

Zutaten ohne Mengenangaben

Bandnudeln, im besten Fall selbstgemacht

Peperoni, in schräge schmale Ringe

Zwiebel, in feine Ringe

kleine Tomaten, halbiert

Knoblauch, frisch gerieben

Gemüsebrühe

Sojasoße

Öl

Salz

mildes Paprikapulver

Hefeflocken

Optional: frische oder getrocknete Kräuter

<https://delvegan.food.blog/2024/04/14/tomaten-bandnudelpfanne/>

Zubereitung

Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Peperoni mit der Zwiebel anbraten. Knoblauch zugeben und unter Rühren kurz weiter braten. Wenig Gemüsebrühe zugeben und zugedeckt köcheln lassen bis die Zwiebeln weich sind. In der Zeit die Nudeln je nach in reichlich Salzwasser garen, denn jetzt geht es schnell.

Die Tomaten zugeben, würzen und zusammen unter Rühren erwärmen. Die Nudeln tropfnass direkt aus dem Topf in die Pfanne geben. Dabei auch ein wenig nach gewünschter Konsistenz vom Nudelwasser zugeben. Nicht zu viel soll keine Suppe werden.

Mit Hefeflocken bestreuen, gut mischen und noch einmal zusammen erhitzen. Anrichten und wenn zur Hand mit Kräutern pimpen.