

# Moje čínské nudle s kuřecím masem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 40min , Porce: 2

259 kalorií , 0 g cukrů , 7 g tuků , 25 g bílkovin

Autor: Jana Smidži

Odkaz: <https://srecepty.cz/moje-cinske-nudle-s-kurecim-masem>

## Příprava

Kuřecí prso nakrájíme na malé kousky, promícháme se solamylem a dáme osmažit do pánve WOK na rozehřátý olej. Až zbělají, přidáme sójovou omáčku světlou i tmavou, rybí omáčku, ústřicovou omáčku, sladkou chilli omáčku a lžičku sambal oelek. Dusíme asi 3 minuty a odstavíme. Ve druhé pánvi osmažíme na oleji hlávkové zelí, pokrájené na nudličky, přidáme červenou papriku na malé kousky, bambusové výhonky a 1/2 sáčku mražené čínské nebo thajské zeleninové směsi. Vše smažíme do změknutí, ale zelenina musí zůstat křupavá. Okořeníme bylinkovým kořením a vmícháme do masa. Instantní čínské nudle rozlámeme na menší kousky, dáme do hrnce a zalijeme vařící vodou. Necháme nabobtnat a scedíme. Vyklopíme je na pánev, kde se smažila zelenina, přilijeme kapku oleje a za stálého míchání 3 minuty opékáme. Pak je přidáme ke směsi zeleniny a masa a vše řádně promícháme.



### Tip k receptu

K zelenině můžete přidat i houby, ideální jsou shiitake.

## Ingredience

- ✓ 1 větší kuřecí prso
- ✓ 1 lžička Solamylu
- ✓ olej
- ✓ 1 lžička sójové omáčky světlé i tmavé
- ✓ 1 lžička rybí omáčky
- ✓ 1 lžička ústřicové omáčky
- ✓ 1 lžička sladké chilli omáčky
- ✓ 1/2 lžičky sambaly (Sambal oelek)
- ✓ 1 hrst bílého zelí
- ✓ 1/2 červené papriky (kapie)
- ✓ 1 lžička bambusových výhonků
- ✓ 1/2 sáčku čínské zeleninové směsi
- ✓ 1 lžička bylinkového koření
- ✓ 200 g instantních čínských nudlí

## Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Hlavní chod

