

Smažené nudle



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

1345 kalorií , **0 g** cukrů , **115 g** tuků , **48 g** bílkovin

Autor: hOJSADLO

Odkaz: <https://srecepty.cz/smazene-nudle>

Příprava

Uvaříme dle návodu nudle, propláchneme studenou vodou a necháme okapat. V kastrolu rozejdeme olej nebo sádlo, vložíme na něj mleté maso a dobře mícháme aby se kousky neslepily a dobře opečeme (můžeme trochu osolit a opepřit), vznikne taková haše. Opékáme ještě asi 3-5 minut pak přidáme zelí, černé houby, cibuli, vše nakrájené na nudličky a nahrubo nastrouhanou mrkev a dusíme další 3-5 minut, podle potřeby podléváme vývarem. Pak přidáme rybí omáčku a sojovou omáčku, dobře promícháme a ochutnáme - směs by měla být slanější a konzistence jako řidčí kaše. Přidáme uvažené nudle a na silném plameni mícháme asi 2 minuty, na závěr pokapeme sezamovým olejem a ještě chvilku vaříme. Ochutnáme, případně přisolíme. Necháme chvíli odstát, aby se všechny ingredience vsákly do nudlí a podáváme. Pokud máte rádi ostrá jídla, můžete při opékání masa přidat trochu chilli nebo na talíři pokapat červeným olejem.

Ingredience

- 300 g čínských nebo vietnamských nudlí (např. zn. Lucky)
- 50 g černých hub (ucho Jidášovo)
- 1 mrkev
- 100 g hlávkového zelí
- 1 cibule
- 100 g mletého tučného vepřového masa (bok, ořez), (vietnamci používají i prsní sádlo)
- 4 lžíce rybí omáčky
- 1 lžíce sojové omáčky
- 50 g oleje nebo sádla
- 2-3 lžíce sezamového oleje
- sůl
- pepř
- voda nebo vývar dle potřeby

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Rychlovka, Hlavní chod



