

# Čínské nudle sestry Eli



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

417 kalorií , 0 g cukrů , 45 g tuků , 2 g bílkovin

**Autor:** Sonia005

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/cinske-nudle-sestry-eli>

## Příprava

Ze všeho nejdříve si připravíme suroviny. Zelí přepůlíme, nakrájíme na nudličky a pořádně propláchneme. Necháme okapat. Kuřecí maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na malinké kousky. Osolíme, opepříme a dáme stranou. Čínské nudle si vložíme do hrnce a zalijeme horkou vodou. Nevaříme. Jen necháme spařit. Poté slijeme a necháme okapat. Neproplachujeme. Nejlépe ve woku si rozpálíme olej a na něm osmahneme kuřecí maso, zasypeme kari kořením a sojovou omáčkou a ještě chvíli smažíme. Poté přidáme mraženou zeleninovou směs a necháme ve woku povolit. Po asi dvou minutkách přihodíme čínské zelí, trochu podlijeme vodou a dusíme, dokud nám zelí nezměkne. Jakmile máme hotovo, přihodíme okapané nudle a pořádně zamícháme. Nejlépe vzít dvě vidličky, nebo vařečky a prohazovat zepředu dozadu. Nudle se takto rovnoměrně osmaží a prohřejí. Poté můžeme podávat.

## Ingredience

- 1 menší pekingské zelí
- 1 balení čínských nudlí
- 1 balení čínské zeleninové směsi (nejlépe drobně krájené na nudličky - Mochov)
- 3 lžíce kari koření
- 1 lžíce sojové omáčky
- 2 kuřecí prsa
- sůl a pepř dle chuti
- 3 lžíce oleje

## Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Labužník, Rodina, Hlavní chod

### Tip k receptu

Rozhodně doporučuji udělat si míchané vajíčka a při podávání nudle posypat osmaženými vejci.

