



Bami Goreng

Mein Lieblingsessen am Genfer Flugplatz

500 gr asiatische Eiernudeln
2 Hühnerbrustfilets
1 kleiner roter Paprika
1 kleiner grüner Paprika
Rucola
Maizena
light Sojasauce
Sambal Oelek
Piment d'Espelette
Öl

4 Eier



1. Die Hühnerbrustfilets in Streifen schneiden und mit zwei El Sojasauce vermischen.
2. Die Eiernudeln nach Vorschrift zubereiten. (Meist müssen sie mit kochendem Wasser übergossen werden und ein paar Minuten ziehen). Die Nudeln abgießen und mit etwas Öl vermischen, damit sie nicht zusammenkleben.
3. Paprika in Streifen schneiden, Rucola putzen.
4. Den Teppan Yaki auf 200 Grad vorheizen (oder entsprechend eine Pfanne benutzen). Die Hühnerbruststreifen mit 1 El Maizena mischen, Öl auf den Teppan geben und die Fleischstreifen einzeln auflegen, damit sie nicht zusammenkleben. Unter mehrmaligem Wenden goldbraun braten. Vorsicht: wenn sie zu lange braten werden sie trocken und zäh. Warm reservieren.
5. Die in Streifen geschnittenen Paprikas etwas anbraten, die Nudeln dazugeben, vermischen und etwas weiterbraten, dann die Hühnerstreifen dazugeben, mit Sojasauce und Sambal Oelek abschmecken. Ganz zum Schluss Rucola dazugeben, ein letztes mal mischen und sofort auf warmen Tellern anrichten
6. Jeweils ein frisches Spiegelei daraufsetzen und servieren.