



Gute-Laune-Bowl mit Soba-Nudeln, Garnelen, Avocado & Cashews

*Rezept von Henriette Wulff, Kochbuch-Autorin & TV- und Show-Köchin
„Weitere leckere Rezepte gibt es auf Henriette Wulffs Webseite www.henriettewulff.de“*

ZUTATEN

150 g Soba-Nudeln (japanische Buchweizen-Nudeln)
1 Avocado
1 kleine, rote Peperoni (verwendete Menge je nach gewünschtem Schärfegrad)
70 g geröstete & gesalzene Cashewkerne
1 unbehandelte Limette
1 EL Sojasauce
½ EL geröstetes Sesamöl
Salz und frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer
265 g Kichererbsen (Konserve), Abtropfgewicht
150 g Partygarnelen (gegart, aus dem Kühlregal)
Wahlweise Koriandergrün & Frühlingszwiebelröllchen zum Garnieren

ZUBEREITUNG

Die Nudeln nach Packungsanweisung garen und abgießen. Währenddessen die Avocado halbieren, entkernen, schälen und in Spalten schneiden. Die Peperoni in dünne Scheiben schneiden. Die Cashewkerne grob hacken.

Die Schale der Limette fein abreiben und den Saft auspressen. Limettenschale, Limettensaft, Sojasauce und Sesamöl miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nudeln mit dem Dressing und den Kichererbsen vermengen. In Schüsseln zusammen mit der Avocado und den Garnelen anrichten. Mit der Peperoni (Menge je nach gewünschtem Schärfegrad) und den Nüssen bestreuen. Wahlweise mit Koriandergrün und Frühlingszwiebelröllchen garnieren.

Tipp: Anstatt Partygarnelen schmecken auch gebratene Garnelen, Lachs oder Eier (gebraten oder gekocht) zu den Nudeln