

# Vietnamesischer Glasnudelsalat mit Kräutern und Erdnüssen

Zutaten für 2 Portionen (Hauptspeise) oder 4x Vorspeise

## Für das Dressing

- 3 Limetten (ca. 7-9 EL Saft davon)
- 1 Stück Ingwer (daumengroß)
- 2 Zehen Knoblauch (durchgepresst)
- 1-2 Chilischoten, rot, fein gehackt
- 4-5 EL Fischsauce
- 2 EL dunkles Sesamöl, aus gerösteten Samen

## Für den Salat

- 100 g Sprossen
- 100 g Zuckerschoten
- 100 g Glasnudeln (aus Mungobohnen)
- 5 Frühlingszwiebeln
- je 1 Handvoll Koriander, Minze, Thai Basilikum
- 150 g Erdnüsse, ungeröstet, ungesalzen



## Optional anstatt der Erdnüsse

- 150 g Garnelen, ohne Darm und Schale
- Öl, zum Braten der Garnelen

## Zubereitung

Ingwer gut abwaschen, unschöne Stellen entfernen und fein reiben (muss nicht geschält werden, nur beim Reiben ab und zu die abstehenden Fasern abschneiden und entsorgen).

Alle Zutaten für das Dressing mischen.

Erdnüsse langsam in trockenem Tiegel rösten.

Die Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Die Zuckerschoten von Fäden befreien und in 2-cm-Stücke schneiden. Zusammen mit den Frühlingszwiebeln in ein Sieb geben und mit einem Liter kochendem Wasser überbrühen. Das Gemüse abtropfen lassen und in kaltes Wasser geben, damit es seine Farbe und Knackigkeit behält. Abseihen.

1,5 Liter Wasser aufkochen und in einem Topf/Schüssel die Glasnudeln damit übergießen, so dass sie vollständig bedeckt sind. Zehn Minuten ziehen lassen, dann die Nudeln mit einer Schere in 5 cm lange Stücke schneiden (lassen sich sonst schwierig essen) und abgießen.

Kräuter fein hacken.

Alles vermischen und sofort lauwarm servieren.

## Hinweise

Auskühlen/Durchziehen lassen oder ein Kühlschranksaufenthalt bekommt dem Salat nicht.

Im Originalrezept ist zusätzlich Zucker, weniger Limette, weniger Kräuter, weniger Sprossen, weniger Sesamöl, mehr Glasnudeln und anstatt der Erdnüsse sind gebratene Garnelen enthalten.

Die Mindestausstattung an Kräutern ist der Koriander. Neben den im Rezept erwähnten kann auch noch Thai-Blatt- bzw. Thai-Stangensellerie verwendet werden. Die Zuckerschoten lassen sich durch eine halbe, geviertelte, fein gehobelte Gurke ersetzen – natürlich nicht blanchiert.