

# Schinkenwok mit Weizennudeln, Austernpilzen, Zucchini und Karotten

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

4 Personen



Foto: Ärstiderne

## Zutaten:

250 Gramm Weizennudeln  
Saft und Schale von 1/2 Zitrone  
300 Gramm Karotten  
200 Gramm rote Zwiebeln  
1 Zucchini  
250 Gramm Austernpilze  
400 Gramm gewürfelten Schinken  
2 Esslöffel Ingwer  
2 Esslöffel Öl

Setzen Sie 2 Liter Wasser zum Kochen für Nudeln in einen Topf mit einem Deckel auf. Spülen Sie das Gemüse gründlich, lassen Sie es abtropfen und schälen Sie die Karotten wenn nötig.

Die Nudeln in das kochende Wasser tun, 1 Teelöffel Salz hinzufügen und ca. 6 Minuten kochen, bis sie weich sind. Schälen Sie die Schale der Zitrone mit einem Sparschäler ab.

Schneiden Sie die Karotten in dünne schräge Scheiben, die rote Zwiebel in dünne Scheiben und die Zucchini in Streifen. Säubern Sie die Austernpilze und reißen Sie sie in kleinere Stücke.

Erhitzen Sie etwas Öl in einem Wok, geben Sie den Schinken dazu und braten Sie das ihn an. Fügen Sie die Zitronenschale und den Ingwer hinzu, rühren Sie das Ganze um und braten es für ein paar Minuten. Dann den Schinken aus dem Wok nehmen und die Gemüsestreifen hinzufügen. 1-2 Minuten kochen, wenden und dann den Schinken wieder in den Wok hineintun. Mit Salz, Zitronensaft und nach Geschmack mit Chili und Soja abschmecken.

Gießen Sie die Nudeln vor dem Servieren ab.