

Mine frite (Aus Mauritius)

**160g Mie Nudeln
¼ Weißkohl,
2 große Karotten
1 Bund Lauchzwiebeln
50g Soja Schnetzel**

**Sojasauce,
Salz/Pfeffer,
Koriander
Piment**

5 Minten in heißem Wasser quellen

**und
in Streifen schneiden
kurz in heißem Wasser quellen
lassen und anschließend in einem
Topf mit Öl anbraten und mit**

**und
abschmecken. Das Gemüse und die
Nudeln ebenfalls anbraten**

***Ergibt: 4 Portionen
Zubereitungszeit: Ca. 35 Minuten***