ASIATISCHE NUDELN

Quelle: Christine Binder. Asiatische Nudeln. Blick, 7. 11. 2017 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Viele Europäer essen regelmässig italienische Pasta aus Hartweizengriess. Nun sind die asiatischen Nudeln im Kommen.

INFORMATIONEN

- Ramen: Seit Längerem werden sie bei uns als Instant-Suppen angeboten. Nun sind sie auch als Halbkonserven in Beuteln erhältlich. In Japan werden sie an jeder Ecke angeboten. Bald auch bei uns?
- Udon: Den Ramen ähnlich, nur etwas dicker. Japaner essen sie mit Fischflocken.
- Reisnudeln: Bestens zum leicht Anbraten geeignet, sie kleben nicht am Pfannenboden. Sie werden v.a. in der thailändischen Küche verwendet.
- Mie-Nudeln: Die südostasiatische Alternative zu den Ramen-Nudeln wird häufig mit Schweinefleisch serviert. Als einzige enthalten sie manchmal auch Eier.
- Glasnudeln: Diese Nudelart wird aus Mungobohnenstärke hergestellt, ist also laktosefrei. Man findet sie nicht nur in Frühlingsrollen, sie eignen sich auch besonders gut für exotische Salate.
- Soba-Nudeln: Ihr nussiger Geschmack rührt vom Buchweizenmehl. Manchmal enthalten sie auch Algen.
- Somen: Die Weizennudeln haben einen leicht süsslichen Geschmack.

Man kocht asiatische Nudeln nicht al dente, sondern weich, damit sie die Aromen der Sauce besser aufnehmen.

DATEN

Die asiatischen Nudeln werden aus Weizen, aber ebenso aus Reismehl, Mungobohnenstärke, Buchweizenmehl und Algen hergestellt.