



# Dinkelnudeln mit Gemüse aus Okraschoten und Paprikastreifen

## Zutaten (Für 2 Personen)

---

- 200g Dinkelnudeln
- 10 Okraschoten (im gut sortierten Lebensmittelmarkt oder im Asia Laden erhältlich)
- 1 rote Paprikaschote
- klare Gemüsesuppe
- gemahlender Ingwer und Chili
- Knoblauch frisch nach Bedarf



## Zubereitung

---

Dinkelnudeln ca. 6–8 Minuten kochen, das Wasser mit klarer Gemüsesuppe würzen. Danach abgießen und beiseite stellen. Paprika in Streifen schneiden und in einer vorgeheizten Pfanne schmoren. Knoblauch, gehackt, dazugeben. Okraschoten in Ringe schneiden und zugeben. Alles zusammen mit Ingwer, frisch gemahlenem Chili und etwas klare Gemüsesuppe gut würzen. Okraschoten geben einen Schleim ab, der das Gemüse natürlich bindet.

Nudeln anrichten, je nach Geschmack frisch gemahlene Muskatnuss darüber streuen. Zum Schluss noch das Gemüse zugeben.

**Gutes Gelingen wünscht Ihnen Ihr**

*Bärbel Drexel Team*