

# PAD THAI

| thailändische würzige Reisbandnudeln mit Sprossen, Tofu & Erdnüssen |

<b>GESAMTZEIT</b>	<i>25 Minuten</i>	<b>ARBEITSZEIT</b>	<i>25 Minuten</i>	<b>REGION</b>	<i>Thailand</i>
-------------------	-------------------	--------------------	-------------------	---------------	-----------------



<b>ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN</b>	<b>SAISON</b>	<i>Ganzjährig machbar</i>
- 350 g <i>Reisbandnudeln</i>	<b>PASSENDER DRINK</b>	<i>Lagerbier (z.B. Chang)/Limettenwasser</i>
- 200 g <i>fester Tofu</i>		
- 100 g <i>Bambussprossen</i>		
- 150 g <i>Erdnüsse</i>		
- 2 <i>Knoblauchzehen</i>		
- 4 <i>Frühlingszwiebeln</i>		
- 5 <i>Eier</i>		
- 3 <i>frische Limetten (Saft)</i>		
- 1/2 Bund <i>frischer Koriander (50g)</i>		
- 2 TL <i>Tamarindenpaste</i>		
- 3 EL <i>Fishsauce</i>		
- 2 EL <i>Palmzucker</i>		
- 1 EL <i>Sojasoße</i>		
- <i>Erdnussöl</i>		
<b>Dieses Gericht stammt aus dem Land des Lächelns. Es wurde 1939 zum Kriegsheld und zum Nationalgericht gekürt. Du findest es in Imbissen und Straßenküchen, aber auch in Edelrestaurants. Es enthält süße, saure und salzige Elemente. Zudem besteht es unter anderem aus Reisbandnudeln, Erdnüssen, Eiern und Tofu. Hmm, lecker! Achja, einfach zu-</b>	<b>zubereiten ist es auch, sobald man mal den Dreh raus hat. Um welches kulinarische Highlight könnte es sich wohl handeln?</b>	Dieses Rezept stammt aus einem Kochkurs, bei dem Pad Thai nach „traditioneller“ Art zubereitet wurde. Allerdings sind die Rezeptvariationen von Pad Thai sehr vielfältig. Im ganzen Land verteilt finden sich die unterschiedlichsten Variationen und selbstverständlich gibt es an jeder Ecke die „beste Pad Thai“ des Landes. Die „Basics“ aus Reisbandnudeln, Erdnüssen, Eiern und Tofu bleiben jedoch immer weitestgehend gleich. Das „I-Tüpfelchen“ bildet die Garnierung aus frischen Kräutern, Limetten und Erdnüssen die bei keiner traditionellen Pad Thai fehlen dürfen.  Mit unserem Rezept reihst du dich auf jeden Fall in die „besten Pad Thais“ des Landes ein. Vielleicht solltest du mal drüber nachzudenken ein Streetfoodshop im Land der aufgehenden Sonne zu eröffnen.
	Richtig, Pad Thai, das wahrscheinlich bekannteste Gericht der thailändischen Küche und dennoch in der westlichen Welt weitestgehend unbekannt. Pad steht übrigens für „gebraten“. Der glorreiche Aufstieg des Gerichtes fand im zweiten Weltkrieg statt als der Premierminister Phibun die kulinarischen Gewohnheiten des Landes anpasste und die verwendeten chinesischen Weizennudeln zugunsten von Reisnudeln ersetzte. Daraus entstand ein Nationalgericht, welches den Namen Pad Thai mit ganzem Stolz trägt.	
	Auch wir (Felix, Björn) durften das Gericht bereits in unseren Thailandurlaube entdecken.	

350 g Reisbandnudeln - 2 Knoblauchzehen - 100 g Bambussprossen - 4 Frühlingszwiebeln - 5 Eier - 1 Limette - 75 g Erdnüsse

**STEP 1**

Die Reisbandnudeln nach Packungsanweisung kochen (eher etwas zu kurz als zu lang). Knoblauchzehen schälen und hacken. Die Bambussprossen waschen und abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Eine der drei Limetten aufschneiden und vierteln. Die Erdnüsse grob zerhacken und die Eier in einer Schale verquirlen. Den Tofu in kleine Würfel schneiden.

*Erdnussöl*

**STEP 2**

In einem Wok (oder tiefer Pfanne) etwas Erdnussöl erhitzen. Die verquirlten Eier in die Pfanne geben und stocken lassen. Kurz von beiden Seiten braten, dann mit dem Pfannenwender zerkleinern. Herausnehmen und kurz beiseite stellen. Erneut Erdnussöl in die Pfanne geben und den Tofu zusammen mit der Hälfte der Erdnüsse hineingeben und kurz goldbraun anrösten.

*3 EL Fischsoße - 3 EL Palmzucker - 2 TL Tamarindenpaste - 1 EL Sojasoße - 2 Limetten - 1 Bund frischer Koriander*

**STEP 3**

Die Nudeln, den Knoblauch und die Sprossen in die Pfanne geben und kurz scharf anbraten. Fischsoße, Sojasoße, Tamarindenpaste, Palmzucker und den Limettensaft aus den anderen beiden Limetten hinzufügen und gut mit dem Rest verrühren. Einige Minuten weiterbraten und dann das zerkleinerte Ei zusammen mit den Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben.

Den Koriander fein hacken. Das Pad-Thai mit dem Koriander, dengeviertelten Limetten und den restlichen Erdnüssen garnieren. Zusätzlich werden immernoch kleine Schälchen mit Erdnüssen zum Essen serviert.

**TIPP**

**In Thailand ist Tofu ein Grundbestandteil von Pad-Thai. Traditionell wird allerdings neben der vegetarischen Version auch zusätzlich zum Tofu, Huhn oder Garnelen zum Essen serviert. Dann kannst du einfach die Hälfte des Tofus aus dem Rezept mit Huhn oder Garnelen ersetzen.**

**Wenn du den ungewürzten Tofu zu langweilig findest, kann der Tofu auch vorher in einer Marinade deiner Wahl mariniert oder einfach geräucherter Tofu verwendet werden. Beides schmeckt sehr gut!**