# Nudeln a la Penang
# Ba Mee Penang

Ba Mee Penang ist ein thailändisches Nudelgericht mit Eiernudeln. Die Kombination aus salziger Sojasauce, aromatischem Sesamöl und würzigem Ingwer sorgt für eine harmonische Balance von salzigen und leicht scharfen Geschmacksnoten. Das Rinderfilet fügt eine tiefe, umami-reiche Note hinzu, während der Knoblauch und die Chilischoten eine angenehme Schärfe bringen. Die Petersilie und der Salat sorgen für eine frische, grüne Note, die das Gericht abrundet.

Herkunft: Thailand
Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

## Zutaten für 4 Portionen

250 g Eiernudeln (ba mee)
1 Zwiebel(n)
300 g Rinderfilet
1 Zweig(e) Petersilie
4 Zehen(n) Knoblauch
1 Prise Salz
2 EL Sojasauce
4 EL Sesamöl
1 Prise Ingwer gemahlen
3 Chilischote(n)
1 Kopf Salat

## Vorbereitung

Das Rindfleisch waschen, abtupfen und in feine Streifen schneiden. Den Salat waschen und die großen Blätter aussortieren. Die Petersilie waschen und fein hacken. Auf einer Platte rundherum garnieren. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken.

## Zubereitung

Die Nudeln kochen und anschließend in einer mit heißem Öl bestrichenen Pfanne anbraten. Knoblauch dazugeben, vermengen und beiseite stellen. Das restliche Öl erwärmen und das Fleisch mit etwas Wasser andünsten. Salz, Curry, Ingwer und Sojasauce darangeben und alles miteinander verrühren, bis die Sauce eindickt und das Fleisch gar geworden ist. Die Nudeln aufwärmen und in der Mitte der Platte zwischen die Salatblätter verteilen. Dann eine Mulde bilden und das Rindfleisch mit der Sauce einfüllen. Mit Chili bestreut servieren.

© 2026 coquina.de