



„Dan-Dan“-Hack vom Schwein

mit Weizennudeln und Gemüse



ca. 25min



3-4 Personen

Unsere kulinarische Reise führt uns heute nach China, wo dieser Klassiker herkommt, in dem scharfe, süße und nussige Aromen perfekt zusammenfinden. Saftiges Schweinehackfleisch, leckere Weizennudeln und zarter Pak Choi sind die Hauptkomponenten. Übrigens: Der Name „Dan Dan“ kommt von den Tragestangen, auf denen die Straßenverkäufer traditionell ihre Nudeltöpfe befestigt haben.

- 500g breite Mie-Nudeln ¹
- 2 Päckchen geröstetes Sesamöl ³
- 30g Sambal Badjak
- 3 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Päckchen Erdnussbutter ²
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁴
- 500g Schweinehackfleisch
- 2 Pak Choi
- 200ml Ingwer-Würzsauce ^{1,3,4,5}

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- großer Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Gluten (1), Erdnüsse (2), Sesamsamen (3), Sojabohnen (4), Schwefeldioxid und Sulphite (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 974kcal, Fett 33.9g,
Kohlenhydrate 117.6g, Eiweiß 52.8g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Das **Sesamöl** mit **2TL Sambal Badjak** verrühren und mit 1 Prise Salz würzen. Die **Lauchzwiebeln** schräg in feine Ringe schneiden, den **weißen** und **grünen Teil** getrennt voneinander aufbewahren.



Inzwischen die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 3-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken, dann zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.
Die **½ des Knoblauchs** mit der
Erdnussbutter und **2EL Sojasauce** in einem
kleinen Topf verrühren. Bei mittlerer Hitze
nach und nach insgesamt 250ml heißes
Wasser zugeben und alles zu einer glatten
Sauce verrühren.



Den **restlichen Knoblauch** und den **weißen Teil der Lauchzwiebeln** zu dem **Hackfleisch** und dem **Pak Choi** in die Pfanne geben. Dann mit der **Ingwer-Würzsauce** und 100ml Wasser ablöschen und alles noch ca. 5Min. sanft köcheln lassen. Mit der **restlichen Sojasauce** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit 2TL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 4–5Min. goldbraun anbraten. Den **Pak Choi** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden, in die Pfanne geben und 3–4Min. mitbraten.



Die **Erdnusssoauce** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, darauf die **Nudeln** und den **Hackfleisch-Pak-Choi-Mix** anrichten. Mit den **restlichen Lauchzwiebeln** garnieren, nach Geschmack mit dem **Chiliöl** beträufeln und servieren. Beim Essen alles mit Stäbchen oder einer Gabel vermengen.