



## Koreanische Bolognese mit Rinderhack

mit Pilzen und Spinat, dazu Asia-Nudeln



ca. 25min



3-4 Personen

Korea und Italien trennen gut 9.000 Kilometer, doch die Länder verbindet die gemeinsame Leidenschaft für Nudeln! Warum also nicht das Beste aus beiden Welten auf deinem Teller vereinen? Während die Bolognese aus gebratenem Rinderhack, würzigem Ingwer, Sojasauce und koreanischer Chilipaste vor sich hin köchelt, verbinden sich die Aromen und schicken deine Geschmacksknospen später direkt in den Urlaub!

## Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 500g Champignons
- 300g Udon-Nudeln<sup>1</sup>
- 500g Rinderhackfleisch
- 50g koreanische Chilipaste<sup>1,6</sup>
- 50ml Sojasauce<sup>1,6</sup>
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl<sup>11</sup>
- 200g Babyspinat
- 2 Lauchzwiebeln

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne oder Wok
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 766kcal, Fett 32.3g, Kohlenhydrate 77.7g, Eiweiß 40.2g



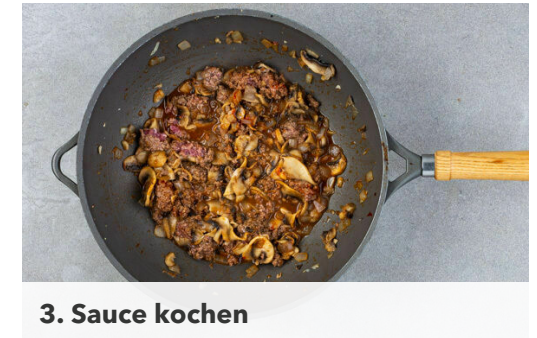
**1. Zwiebel schneiden**

Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Den **Ingwer** schälen und sehr fein würfeln oder reiben.



**2. Pilze schneiden**

Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen.



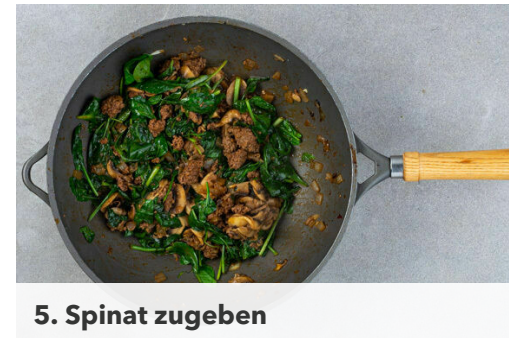
**3. Sauce kochen**

Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch**, den **Ingwer** und die **Pilze** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze ca. 4Min. anbraten. Das **Hackfleisch**, **2EL Chilipaste**, die **Sojasauce**, 3EL Essig und 2EL (braunen) Zucker zugeben und unter Rühren 8-10Min. braten, bis sich eine dicke **Sauce** bildet. Bei Bedarf etwas Wasser hinzufügen.



**4. Nudeln kochen**

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in ca. 4Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann zurück in den Topf geben und mit dem **Sesamöl** vermengen.



**5. Spinat zugeben**

Den **Spinat** nach und nach in die **Sauce** geben und zusammenfallen lassen. Die **Sauce** nach Geschmack mit mehr **Chilipaste** sowie Salz und Pfeffer würzen.



**6. Garnitur vorbereiten**

Die **Lauchzwiebeln** schräg in feine Ringe schneiden. Die **Nudeln** mit der **Sauce** anrichten, mit den **Lauchzwiebeln** garnieren und servieren.