

MARLEY SPOON



Superfix: Schweinefleisch mit Erdnuss-Glasur

auf einer würzigen Nudel-Gemüse-Pfanne



ca. 20min



2 Personen

Asiatische Nudelpfannen sind perfekt für die Tage, an denen der Hunger groß und die Zeit knapp ist - vor allem, wenn man sich einiger Tricks bedient: Wir senden dir zum Beispiel fertig geschnittenes Gemüse, damit es extra schnell geht. Gewürzt wird mit einer leckeren Ingwersauce, während das Fleisch sich in einer köstlich-klebrigen Glasur aus Erdnussbutter, Ketjap Manis und Limettensaft suhlt. Klingt gut? Ist es auch!

Was du von uns bekommst

- 300g Udon-Nudeln ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 400g chinesischer Gemüsemix
- 200ml Ingwer-Würzsauce ^{1,6,11,12}
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Packung Schweinegeschnetzeltes
- 1 Päckchen Erdnussbutter ⁵
- 50ml Ketjap Manis ⁶
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne oder Wok
- mittelgroße Pfanne
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1028kcal, Fett 39.1g, Kohlenhydrate 119.6g, Eiweiß 49.9g



1. Nudeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **½ der Nudeln** zum Kochen bringen. Die **½ der Nudeln** in das kochende Wasser geben und in ca. 4Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



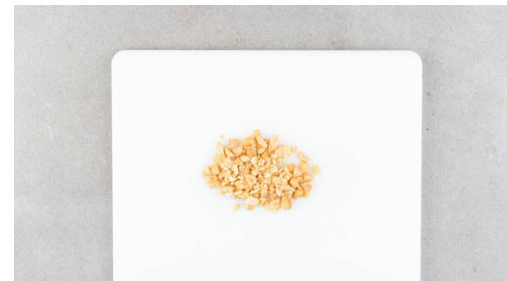
4. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze unter gelegentlichem Rühren in 3-4Min. gar braten. Die **Erdnussbutter**, die **½ des Ketjap Manis**, **1EL Limettensaft**, 1 kräftige Prise Zucker und 1 Prise Salz zugeben, alles verrühren und ca. 1Min. eindicken lassen.



2. Gemüse braten

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Den **Gemüsemix** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 1EL Pflanzenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze unter Rühren ca. 3Min. anbraten. Die **Würzsauce** zugeben und 2-3Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** gar, aber noch knackig ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.



5. Erdnüsse zerkleinern

Ein kleines Loch in die Tüte mit den **Erdnüssen** stechen, sodass die Luft entweichen kann. Die **Erdnüsse** in der Tüte mit dem Boden einer schweren Pfanne oder einem Fleischklopper zerkleinern. **Tipp:** Wer mag, kann die **Erdnüsse** auch grob hacken.



3. Limette vorbereiten

Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Nudeln** unter das **Gemüse** heben und ca. 1Min. erwärmen. Das **Fleisch** auf der **Nudel-Gemüse-Pfanne** anrichten, mit den **Erdnüssen** bestreuen und mit den **Limettenspalten** garniert servieren.