



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!

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 500g Champignons
- 500g breite Mie-Nudeln ¹
- 500g Rinderhackfleisch
- 50g koreanische Chilipaste ^{1,6}
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl

11

- 200g Babyspinat
- 2 Lauchzwiebeln

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- großer Topf
- große Pfanne oder Wok
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 937kcal, Fett 33.8g,
Kohlenhydrate 115.5g, Eiweiß 46.0g



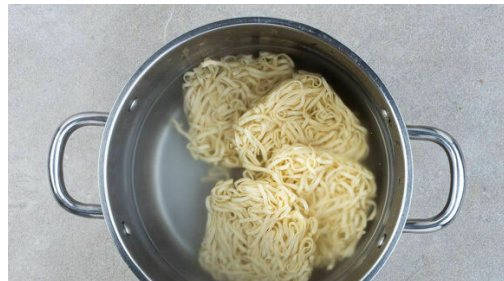
Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Den **Ingwer** schälen und sehr fein würfeln oder reiben.



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



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.



Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 3-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann zurück in den Topf geben und mit dem **Sesamöl** vermengen.



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



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