

# MARLEY SPOON



## V2: Pikante Udon-Nudeln mit Bio-Rinderhack

und Asia-Gemüse in Zitronengras-Sauce



ca. 25min



2 Personen

Wer seine Geschmacksknospen gerne zum Tanzen bringt, kann ihnen diesen Tango aus feurigen, frischen und salzigen Noten vorspielen: Geschmeidige Udon-Nudeln haben sich heute in eine pikante Zitronengrassauce gehüllt und schmiegen sich eng an duftig gewürztes Bio-Hackfleisch und einen hauchfein vorgeschnittenen Gemüsemix mit Lauch und Karotten. Aber Achtung: Die eingelegten Gurken können einen ganz schön aus dem Takt bringen!

## Was du von uns bekommst

- 300g Udon-Nudeln <sup>1</sup>
- 250g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 1 Gurke
- 250g Bio-Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen indonesische Gewürzmischung
- 100ml Chili-Zitronengras-Sauce
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen <sup>5</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- 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), Erdnüsse (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 920kcal, Fett 38.5g, Kohlenhydrate 100.0g, Eiweiß 42.8g



### 1. Gemüse garen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für **¾ der Nudeln** zum Kochen bringen. 4EL Wasser in einer großen Pfanne oder einem Wok aufkochen, dann den **Gemüsemix** mit 1TL Essig sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und 4-5Min. garen, bis das Wasser verdampft ist. Das **Gemüse** aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne aufbewahren.



### 4. Hackfleisch braten

Das **Hackfleisch** und die **Gewürzmischung** in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl und 1 Prise Salz bei starker Hitze in 5-6Min. krümelig anbraten.



### 2. Gurken einlegen

Die **Gurke** längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden. Mit 1TL Essig und 1 Prise Salz vermengen.



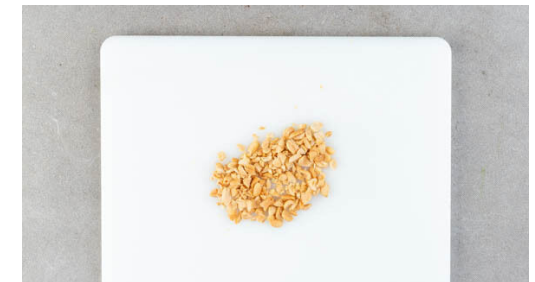
### 5. Sauce anrühren

Die **Chili-Zitronengras-Sauce** mit 1TL Pflanzenöl, 1TL Essig und 1EL Wasser verrühren.



### 3. Nudeln kochen

**¾ der Nudeln** in das kochende Wasser geben und in ca. 4Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



### 6. Erdnüsse hacken

Die **Erdnüsse** fein hacken. Die **Nudeln** und das **Gemüse** mit dem **Hackfleisch** und der **½ der Sauce** in der Pfanne vermengen. Bei mittlerer Hitze ca. 2Min. erwärmen, dann auf Teller verteilen. Die **Gurken** auf den **Nudeln** anrichten, mit der **restlichen Sauce** beträufeln und mit den **Erdnüssen** garniert servieren.