



Sobanudeln mit Rind und Gemüse

würzig-fein mit Zitronengras und Cashewkernen



ca. 25min



3-4 Personen

Du willst die volle Packung Asien auf die Schnelle? Dafür können wir sorgen, ganz fix und unglaublich lecker! Das saftige Rinderfleisch, die Nudeln und das bunte Gemüse sind in Nullkommanix zubereitet und bekommen durch aromatisches Zitronengras und Teriyakisaucen ihren speziellen asiatischen Touch. Für den leichten Biss gibt's geröstete Cashewkerne. Na dann, ran an die Stäbchen, en garde!

- 600g Sobanudeln ¹
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 2 Zitronengrasstangen
- 2 Packungen
Rindergeschnetzeltes
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 50ml Tamari-Sojasauce ³
- 100ml Teriyakisauce ^{1,3}
- 50g Cashewkerne, geröstet &
gesalzen ^{2,4}

- 2EL Speisestärke
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Erdnüsse (2), Sojabohnen (3),
Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von
anderen Allergenen enthalten.

Energie 864kcal, Fett 24.1g,
Kohlenhydrate 110.8g, Eiweiß 47.1g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen und fein reiben. Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und in dünne Stifte schneiden. Das **Zitronengras** in je 4-5 Stücke schneiden.



Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbraten. Auf einem Teller abgedeckt warm halten.



Das **Fleisch** trocken tupfen, mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und mit 2EL Speisestärke vermengen.



Die **Karotten**, das **Zitronengras** und den **Gemüsemix** in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl in 2-3Min. bissfest anbraten. Den **Knoblauch** dazugeben und mit der **Sojasauce** und der **Teriyakisauce** ablöschen.



2/3 der Nudeln in das kochende Wasser geben und in ca. 4Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, die **Nudeln** gründlich mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.



Die **Nudeln** mit dem **Fleisch** und dem **Gemüse** vermengen. Das **Zitronengras** entfernen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den **Cashews** garniert servieren.