



„Dan-Dan“-Hack vom Schwein

mit Weizennudeln und Gemüse



ca. 25min



3-4 Personen

Unsere kulinarische Reise führt uns heute nach China, wo dieser Klassiker herkommt, in dem scharfe, süße und nussige Aromen perfekt zusammenfinden. Saftiges Schweinehackfleisch, leckere Weizennudeln und zarter Pak Choi sind die Hauptkomponenten. Übrigens: Der Name „Dan Dan“ kommt von den Tragestangen, auf denen die Straßenverkäufer traditionell ihre Nudeltöpfe befestigt haben.

- 500g breite Mie-Nudeln ¹
- 2 Päckchen geröstetes Sesamöl¹¹
- 25ml Sambal Oelek
- 3 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Päckchen Erdnussbutter ⁵
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 500g Schweinehackfleisch
- 2 Pak Choi
- 200ml Ingwer-Würzsauc^{1,6,11,12}

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- großer Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

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

Energie 928kcal, Fett 33.3g,
Kohlenhydrate 108.1g, Eiweiß 51.8g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Das **Sesamöl** mit **2TL Sambal Oelek** verrühren und mit 1 Prise Salz würzen. Die **Lauchzwiebeln** schräg in feine Ringe schneiden, den **weißen** und **grünen Teil** getrennt voneinander aufbewahren.



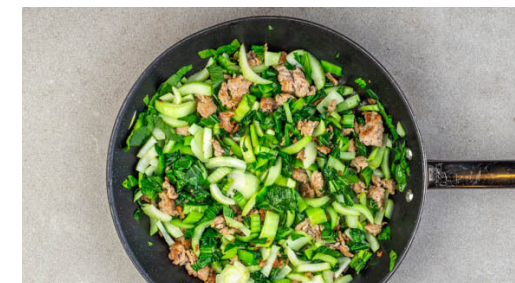
Inzwischen die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 3-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken, dann zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.
Die **½ des Knoblauchs** mit der **Erdnussbutter** und **2EL Sojasauce** in einem kleinen Topf verrühren. Bei mittlerer Hitze nach und nach insgesamt 250ml heißes Wasser zugeben und alles zu einer glatten **Sauce** verrühren.



Den **restlichen Knoblauch** und den **weißen Teil der Lauchzwiebeln** zu dem **Hackfleisch** und dem **Pak Choi** in die Pfanne geben. Dann mit der **Ingwer-Würzsauce** und 100ml Wasser ablöschen und alles noch ca. 5Min. sanft köcheln lassen. Mit der **restlichen Sojasauce** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit 2TL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 4–5Min. goldbraun anbraten. Den **Pak Choi** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden, in die Pfanne geben und 3–4Min. mitbraten.



Die **Erdnusssauce** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, darauf die **Nudeln** und den **Hackfleisch-Pak-Choi-Mix** anrichten. Mit den **restlichen Lauchzwiebeln** garnieren, nach Geschmack mit dem **Chiliöl** beträufeln und servieren. Beim Essen alles mit Stäbchen oder einer Gabel vermengen.