



## Bami Goreng mit Rindfleisch

und knackigem Gemüse



ca. 20min



2 Personen

Du hast Lust auf ein schnelles und unkompliziertes Abendessen? Dann haben wir heute einen indonesischen Klassiker für dich: Es gibt Bami Goreng mit viel frischem Gemüse und zartem Rindfleisch. Sambal Badjak und Ketjap Manis sorgen für den typischen Geschmack. Guten Appetit!

### Was du von uns bekommst

- 250g breite Mie-Nudeln <sup>1</sup>
- 1 Stück Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Pck. Rindergeschnetzeltes
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 50ml Ketjap Manis <sup>2</sup>
- 30g Sambal Badjak

### Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

### Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 861kcal, Fett 20.1g, Kohlenhydrate 128.0g, Eiweiß 46.0g



#### 1. Ingwer & Knoblauch reiben

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Ingwer** schälen und fein reiben. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein reiben oder sehr fein würfeln.



#### 4. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 1-2Min. scharf anbraten, anschließend auf einem Teller beiseitestellen.



#### 2. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



#### 5. Gemüse braten

Den **Gemüsemix** in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Dann das **Gemüse** mit 50ml Wasser ablöschen und das **Ketjap Manis**, den **Ingwer** und den **Knoblauch** unterrühren.



#### 3. Nudeln kochen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 3-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann warm halten.



#### 6. Bami Goreng fertigstellen

Das **Fleisch** und die **Nudeln** untermengen. Das **Bami Goreng** mit **Sambal Badjak** und Salz nach Geschmack würzen und servieren.