



Tteokbokki mit veganem Rindfleisch

in pikanter Tomatensauce mit Pak Choi



30-40min



3-4 Personen

Tteokbokki ist ein beliebtes koreanisches Streetfood-Gericht, das aus kleinen Reiskuchennudeln hergestellt wird. Bei unserer Variante kommen neben dem Geschnetzelten noch Schalotten, Kirschtomaten und Pak Choi in die Pfanne. Schwarzer Knoblauch und Zitronengras bringen schicke Aromen ins Spiel, und für die gewisse Schärfe sorgt das Sambal Badjak. Einfach lecker!

- 2 Pck. „Tteokbokki“-Reiskuchen
- 2 Pck. veganes Rindergeschnetzeltes ^{1,2}
- 4 Schalotten
- 1 Pck. schwarzer Knoblauch, ungeschält
- 2 Zitronengrasstangen
- 500g Kirschtomaten
- 2 Baby-Pak-Choi
- 60g Sambal Badjak
- 1 Pck. Röstzwiebeln ¹

- 1EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- großer Topf
- Wok oder große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Allergene

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

Energie 420kcal, Fett 21.9g,
Kohlenhydrate 28.9g, Eiweiß 25.1g



1. Geschnetzeltes braten

Die **Reiskuchen** mit Wasser bedecken und ca. 10Min. einweichen. Das **vegane Rindergeschnetzelte** in einem Wok oder einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Stufe in 3-5Min. goldbraun anbraten. Inzwischen die **Schalotten** schälen, halbieren und fein würfeln.



4. Tomaten garen

Den **Knoblauch** und das **Zitronengras** in den Wok oder die Pfanne geben und ca. 3Min. duftend weiterbraten, dabei häufig rühren. Dann die **Kirschtomaten** und 1EL Wasser unterrühren und abdeckt 5-7Min. garen, bis die **Tomaten** anfangen aufzuplatzen.



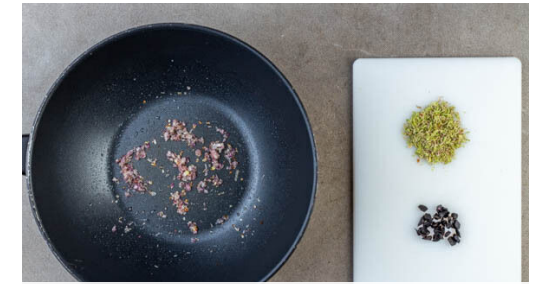
2. Reiskuchen kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Reiskuchen** zum Kochen bringen. Die **Reiskuchen** in einem Sieb abtropfen lassen, in das kochende Wasser geben und ca. 5Min. kochen. Dann erneut im Sieb abtropfen lassen und mit kaltem Wasser abspülen.



5. Pak Choi garen

Inzwischen das Strunkende entfernen und die einzelnen **Pak-Choi-Blätter** voneinander trennen. Den Deckel abnehmen, die Hitze reduzieren und das **Sambal Badjak**, 1EL Ketchup, das **Geschnetzelte** und 200ml Wasser einrühren. Den **Pak Choi** zugeben und bei mittlerer Hitze abgedeckt 2-3Min. garen.



3. Schalotten braten

Das **Geschnetzelte** aus dem Wok oder der Pfanne nehmen. Die Schalotten in dem Wok oder der Pfanne mit 2EL Pflanzenöl in 4–6Min. goldbraun braten. Inzwischen den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Die Blätter des **Zitronengrases** entfernen, dann das **Zitronengras** fein schneiden.



6. Reiskuchen zugeben

Die **Reiskuchen** mit der **Gemüsepfanne** vermengen. Abschmecken und ggf. mit Salz, Pfeffer oder Zucker würzen. Auf Teller verteilen und mit den **Röstzwiebeln** bestreut servieren.