MARLEY SPOON

Vietnamesische Rinderhackbällchen

mit Glasnudeln, knackigem Gemüse und Kräutern

30-40min 4 Portionen

Heute reisen wir kulinarisch in südliche Gefilde und lassen uns von leichten Glasnudeln und duftigen Kräutern verwöhnen, genießen den Kontrast zu exotisch-herzhaften Fleischbällchen aus saftigem Rinderhack. Vietnamesische Küche vom Feinsten!

Was du von uns bekommst

- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 2 Karotten
- 2 große Gurken
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 500g Rinderhackfleisch
- 50ml Ketjap Manis [2]
- 40ml Fischsauce [1]
- 20g Koriander & Minze

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

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

Nährwertangaben pro Portion
Energie 650kcal, Fett 30.4g, Kohlenhydrate 68.5g, Eiweiß 26.9g

1. Nudeln vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den Topf vom Herd nehmen, die **Nudeln** in das heiße Wasser geben und abgedeckt in 3–5Min. gar ziehen lassen. Die **Nudeln** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. **Tipp:** Um die Weiterverarbeitung zu erleichtern, die **Nudeln** ggf. 1–2 Mal durchschneiden.

2. Gemüse schneiden

Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Gurken** längs halbieren, nach Belieben mit einem Löffel entkernen und ebenfalls schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein reiben oder sehr fein würfeln.

3. Limetten vorbereiten

Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.

4. Hackbällchen braten

Das **Hackfleisch** mit dem **Knoblauch**, den **Lauchzwiebeln**, 2TL Honig sowie je ½TL Salz und Pfeffer gut verkneten. **12-14 gleich große Kugeln** formen, diese leicht platt drücken und in einer großen Pfanne mit 3EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2–3Min. anbraten. Das **Ketjap Manis** unterrühren und die Pfanne beiseitstellen.

5. Salat zubereiten

Die **½ der Fischsauce** mit der **Limettenschale** und dem **Limettensaft** verrühren und das **Dressing** mit Salz und Zucker abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Fischsauce** verwenden. Die **Karotten** und die **Gurken** mit dem **Dressing** vermengen.

6. Garnitur vorbereiten

Die **Kräuter** von den Stängeln zupfen. Die **Nudeln** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und den **Salat** und die **Hackbällchen samt Sauce** darauf anrichten. Mit den **Kräutern** garnieren und servieren.