



Vietnamesische Hackbällchen

mit Glasnudeln, knackigem Gemüse und Kräutern



30-40min



3-4 Personen

Bis auf Schneekettenhersteller wünschen wir uns wahrscheinlich alle den Sommer zurück. Da wir damit bis in ein paar Monaten nur wenig Glück haben dürften, haben wir uns eine Alternative ausgedacht: Wir reisen kulinarisch in südliche Gefilde, lassen uns von leichten Glasnudeln und duftigen Kräutern verwöhnen und genießen den Kontrast zu exotisch-herzhaften Fleischbällchen aus saftigem Schweine- und Rinderhack.

Was du von uns bekommst

- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 2 Karotten
- 1 Gurke
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Packungen gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 1 Packung Ketjap Manis ⁶
- 2 Päckchen Fischsauce ⁴
- 30g frisches Thai-Basilikum, Koriander & Minze

Was du zu Hause benötigst

- Honig
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

Allergene

Fisch (4), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 722kcal, Fett 37.8g, Kohlenhydrate 64.1g, Eiweiß 31.3g



1. Nudeln vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend 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, dann 2-3-mal mit einem scharfen Messer durchschneiden. So lassen sie sich später besser vermengen.



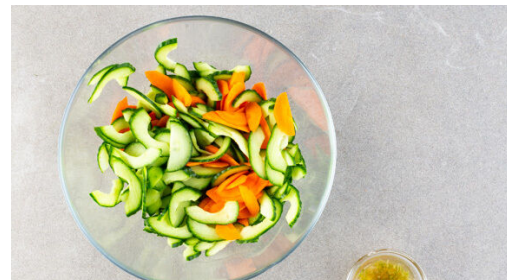
4. Hackbällchen braten

Das **Hackfleisch** mit dem **Knoblauch**, den **Lauchzwiebeln**, 2TL Honig sowie 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 beiseitestellen.



2. Gemüse schneiden

Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Gurke** längs vierteln, 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.



5. Gemüse würzen

Die **1/2 der Fischsauce** mit dem **Limettenabrieb** und **-saft** 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.



3. Limette vorbereiten

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



6. Garnitur vorbereiten

Die **Kräuter** abzupfen. Die **Nudeln** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, die **Karotten** und die **Gurken** mit dem **Dressing** sowie die **Hackbällchen samt Sauce** darauf anrichten. Mit den **Kräutern** garnieren und servieren.