



RS Pikante Auberginen-Bohnen-Nudeln

garniert mit Lauchzwiebeln



ca. 25min



2 Portionen

Wir lieben einfach zuzubereitende Gerichte mit verborgenem Twist - so wie diese Nudelpfanne. Na gut, wir verraten es dir: Das Geheimnis liegt hier in der Sauce. Wir haben pikante Chilipaste mit Ahornsirup kombiniert, darin glänzen die Soba-Nudeln geheimnisvoll, während Auberginen mit grünen Bohnen um die Wette strahlen. Aromatisches Thai-Basilikum sorgt für den letzten Pfiff. Ganz schön raffiniert!

Was du von uns bekommst

- 300g Sobanudeln ¹
- 25g koreanische Chilipaste ^{1,3}
- 1 Aubergine
- 250g grüne Bohnen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter ²
- 1EL Honig
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Sojabohnen** (3).

Detaillierte Informationen zu den Zutaten marleyspoon.de

Nährwertangaben pro Portion

Energie 652kcal, Fett 18.8g,
Kohlenhydrate 106.0g, Eiweiß 15.7g



1. Sauce zubereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. 3EL Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren 5-8Min. bräunen lassen, bis die Butter nussig duftet. Den Topf vom Herd nehmen, die Butter ca. 3Min. auskühlen lassen, dann mit der **Chilipaste** und 1EL Honig verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Gemüse braten

Von der **½ der Bohnen** die Enden abschneiden und die **Bohnen** quer halbieren. Die **übrigen Bohnen** für ein anderes Rezept aufbewahren. Die **Bohnen** mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in die Pfanne zu den **Auberginen** geben und 6-8Min. braten.



2. Aubergine garen

Die **Aubergine** in ca. 2cm große Würfel schneiden und in einer großen Pfanne mit 150ml Wasser und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze abgedeckt in 8-10Min. weich garen. **Tipp:** Das Wasser in der Pfanne muss nicht komplett verdampft sein.



5. Gemüse verfeinern

Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebel** getrennt in feine Ringe schneiden. Die **weißen Lauchzwiebelringe** und die **Knoblauch-Ingwer-Paste** unter das **Gemüse** rühren und weitere ca. 2Min. braten.



3. Nudeln kochen

⅔ der Nudeln in das kochende Wasser geben und in ca. 4Min. bissfest kochen. **1 Tasse Nudelwasser** abschöpfen, dann die **Nudeln** in ein Sieb abgießen, gründlich mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Nudeln** zurück in den Topf geben.



6. Nudeln fertigstellen

3EL Nudelwasser mit der **Buttersauce** verrühren. Das **Gemüse** und die **Sauce** in den Topf zu den **Nudeln** geben, alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Auberginen-Bohnen-Nudeln** auf tiefe Teller verteilen und mit den **übrigen Lauchzwiebeln** garniert servieren.