



Miso-Auberginen auf Sobanudeln

mit Schneidebohnen und Sesam



30-40min



2 Personen

Asiatische Aromenpower ist heute Programm, wenn es eine würzige Sobanudelpfanne mit knackigen grünen Bohnen und dazu gebackene Auberginenscheiben gibt, die mit einer leckeren Miso-Ingwer-Sauce verfeinert werden. Zum Servieren wird alles nach Geschmack mit Sesam und Peperoni garniert. Lasst es euch schmecken!

- 300g Sobanudeln ¹
- 1 Aubergine
- 1 Stück Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 200g breite Bohnen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Päckchen Misopaste ^{1,6}
- 1 rote Peperoni
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 1 Päckchen schwarzer Sesam ¹¹

- Salz und Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 581kcal, Fett 9.2g,
Kohlenhydrate 105.8g, Eiweiß 19.8g



4. Auberginen verfeinern

2. Würzsauce vorbereiten

5. Bohnen garen

3. Nudeln kochen

6. Anrichten und servieren

Die **Nudeln** und die **Bohnen** auf Tellern verteilen. Die **Auberginen** darauf anrichten, mit dem **Sesam**, den **Lauchzwiebeln** und den **Peperoniwürfeln nach Geschmack** garnieren und servieren.