



Asiatische Schweinehack-Pfanne

mit Reissnudeln, Pilzen und Erdnüssen



20-30Min.



2 Personen

Eine schnelle Nudel-Pfanne zum Abendessen? Das ist fix gekocht, einfach, herzhaft und super lecker. Probier es aus mit dieser asiatischen Variante mit gebratenem Schweinehackfleisch mit Sojasauce, Brokkoliröschen und Champignons. Dazu gibt es knackige Erdnüsse.

Was du von uns bekommst

- 1 unbehandelte Limette
- 10g frischer Koriander
- 1 Packung braune Champignons
- 1 rote Zwiebel
- 1 Päckchen Erdnüsse⁵
- 1 Tütchen Sojasauce^{1,2}
- 1 Packung Reisbandnudeln
- 1 Packung Schweinehackfleisch vom Brandenburger Landschwein⁴
- 1 Brokkoli
- 1 Päckchen Wongs Reisgewürz³

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne oder Wok
- Küchenreibe
- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2), Senf (3),

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 920.0kcal, Fett 43.8g, Kohlenhydrate 86.0g, Eiweiß 39.2g



1. Hähnchen braten

Nun die **Hähnchenstücke** in einer großen Pfanne ca. 3-4Min. auf hoher Hitze scharf anbraten. Dann die **Paprikastreifen** hinzufügen und weitere ca. 2-3Min. mitbraten und mit 1TL Zucker, Salz und mit 1-2EL Essig abschmecken.



4. Tarte belegen

Die Ricottamasse auf dem Blätterteig verstreichen und mit der Tomaten-Mischung belegen. Anschließend im Ofen ca. 20-25Min. goldbraun backen.



2. Tortillas füllen

Zum Schluss die **Tortillas** ohne Öl für ca. 1Min. von beiden Seiten in der mittleren, sehr heißen Pfanne erwärmen und nach Wunsch mit **allen restlichen Zutaten** belegen zusammenstellen und ggfs. in Backpapier oder Alufolie einrollen.



5. Zwiebel schneiden

In einem mittelgroßen Topf 2L leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Die **Schale der Limette** abreiben und den **Saft** auspressen.



3. Tortillas erwärmen

Die **Tortillas** in einer mittelgroßen Pfanne auf mittlerer Hitze ohne Öl für eine halbe Minute auf jeder Seite erwärmen und warm stellen. Die Pfanne aufheben.



6. Nudeln kochen

Sobald das Wasser kocht, die Hitze abstellen und die **Reisbandnudeln** ca. 8-10Min. ziehen lassen. Dann abgießen und kalt abschrecken.