



Nudelsuppe mit Schweinerücken

und Pak Choi



20-30min



2 Personen

Winterzeit ist Suppenzeit! Eine wärmende Brühe ist doch immer eine gute Idee. Die Udon-Nudeln machen aus diesem leichten Süsspchen mit knackigen Karotten, Frühlingszwiebeln und Pak Choi eine sättigende Mahlzeit. Dazu gibt es zarte Schweinefleischstreifen, die in chinesischer Hoisin-Sauce mariniert werden. Traditionell besteht diese übrigens aus Sojabohnen, Chilis, Knoblauch, Essig und chinesische...

Was du von uns bekommst

- Karotten
- Jungzwiebel
- Baby Pak Choi
- Schweinesteak
- Udon Nudeln¹
- Wongs Reisgewürz¹⁰
- Hoisin Sauce^{1,6,11}
- Sojasauce^{1,6}

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Rindersuppenwürfel
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 603.0kcal, Fett 13.1g, Eiweiß 45.0g, Kohlenhydrate 72.0g



1. Nudeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Hälfte** der **Udon Nudeln** für ca. 10Min. kochen lassen, anschließend in ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen. Wer großen Hunger hat verwendet mehr **Nudeln**. Übrige Nudeln können für ein anderes Gericht, wie z.B. eine Asia-Nudelpfanne verwendet werden.



4. Fleisch anbraten

In einer mittleren Pfanne 1EL Öl hoch erhitzen, das **Fleisch** darin ca. 2Min. scharf anbraten und mit der restlichen **Hoisin-Sauce** ablöschen. Von der Hitze nehmen und beiseite stellen.



2. Gemüse vorbereiten

In der Zwischenzeit die **Karotten** schälen und in dünne, schräge Streifen schneiden. Den **Pak Choi** vom Strunk befreien und längs vierteln. Die **Jungzwiebel** in dünne Streifen schneiden.



5. Gemüse hinzugeben

Inzwischen **Pak Choi** samt der **Jungzwiebeln** in die **Suppe** geben und ca. 4-5Min. aufkochen lassen, dann das **Fleisch** hinzugeben und von der Hitze nehmen.



3. Suppe vorbereiten

Den Rindersuppenwürfel in dem mittelgroßen Topf mit 800ml Wasser auflösen und mit 2EL der **Hoisin-Sauce** und **Sojasauce** abschmecken, zum Kochen bringen und **Karotten** dazugeben. Das **Fleisch** in 5mm dünne Streifen schneiden. Wer mehr **Nudeln** verwendet nimmt 1L Wasser und 2 Suppenwürfel.



6. Suppe fertigstellen

Zum Schluss die **Nudeln** hinzugeben und alles nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Geschmack mit der **Gewürzmischung** würzen.