



Indonesische Gemüsespieße

mit Sataysauce und Reisnudeln



30-40Min.



3-4 Personen

Das mit der Erdnussauce haben die in Indonesien einfach raus. Für diese schnellen Gemüsespieße werden Zucchini, Paprika und Champignons zunächst in einem feinen Mix aus Erdnussbutter, Sojasauce und Sweet Chili Sauce mariniert und dann im Ofen gebacken. Währenddessen bereitest du die Reisbandnudeln und den Koriander vor, und schon kannst du deinen Lieben auf Indonesisch wünschen: „Nikmati hidangan anda!“

Was du von uns bekommst

- 1 Zucchini
- 20g frischer Koriander
- 1 Packung braune Champignons
- 90g Erdnussbutter⁵
- 2 rote Paprika
- 50ml Sojasauce^{1,6}
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 2 Knoblauchzehen
- 16 Schaschlik-Holzspieße
- 10g Tofugewürz¹⁰
- 400g Reisbandnudeln

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Grillfunktion
- kleiner Kochtopf
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 520.0kcal, Fett 11.6g, Eiweiß 16.8g, Kohlenhydrate 82.2g



1. Marinade vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion auf höchster Stufe vorheizen. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Erdnussbutter** mit der **Sweet Chili Sauce**, der **Sojasauce** und dem **Tofugewürz** glatt rühren, dann den **Knoblauch** und 80ml Wasser unterrühren.



2. Gemüse schneiden

Die Enden der **Zucchini** abschneiden, dann die **Zucchini** in ca. 1cm dünne Scheiben schneiden. Die **Champignons** ggf. mit Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und halbieren. Die **Paprika** halbieren, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.



3. Gemüse marinieren

Die **Zucchini**, die **Champignons** und die **Paprika** in einer großen Schüssel mit ca. **2/3 der Marinade** vermengen.



4. Spieße zubereiten

Das **Gemüse** abwechselnd auf die **Holzspieße** ziehen. Die **Spieße** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im Ofen 12-15Min. grillen, dabei gelegentlich wenden. **Tipp:** Falls nicht alle **Spieße** auf ein Blech passen, einfach noch ein zweites Blech verwenden und die Bleche nach der Hälfte der Backzeit austauschen, sodass das **Gemüse** gleichmäßig gart.



5. Reisnudeln zubereiten

Währenddessen in einem mittelgroßen Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Den Topf vom Herd nehmen und ca. **3/4 der Reisbandnudeln** darin 7-10Min. ziehen lassen, bis sie weich sind. **Tipp:** Wer großen Hunger hat, kann auch alle **Nudeln** verwenden. Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen.



6. Sauce erwärmen

Die **restliche Marinade** mit 150-200ml Wasser in einem kleinen Topf 2-3Min. bei mittlerer Hitze köcheln, dabei stetig umrühren. Die **Reisbandnudeln** in ein Sieb abgießen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit den **Gemüsespießen** anrichten. Die warme **Sauce** über die Spieße träufeln und nach Geschmack mit **Koriander** garniert servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**