

# MARLEY SPOON



## Asiatische Knoblauch-Nudeln

mit Pilzen und Spinat



20-30min



2 Personen

Heute in deiner Box: Ein einfaches, asiatisches Nudelgericht mit gemischten Pilzen und Spinat! Das Highlight des Gerichts ist definitiv die süß-säuerliche Sauce mit extra viel Knoblauch und einer leichten Schärfe! Das leckere Wohfühlessen wird mit schwarzem Sesam getoppt und ist die anschließende Knofi-Fahne allemal wert!

## Was du von uns bekommst

- Sriracha Sauce
- schwarzer Sesam <sup>11</sup>
- Sojasauce <sup>1,6</sup>
- Weizennudeln <sup>1</sup>
- Babyspinat
- Austernpilze
- geröstet Sesamöl <sup>6,11</sup>
- Knoblauchzehen
- Hoisin Sauce <sup>1,6,11</sup>
- Champignons
- Jungzwiebel

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Schneebesens
- Sieb

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

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 719.0kcal, Fett 18.2g, Eiweiß 28.4g, Kohlenhydrate 107.7g



### 1. Gemüse vorbereiten

**Knoblauch** schälen und fein reiben oder pressen. **Jungzwiebel** in dünne, diagonale Ringe schneiden. Dabei weiße und grüne Teile voneinander trennen. **Schwammerl** mit einem feuchten Küchentuch von evtl. Schmutz befreien und anschließend beide **Pilzsorten** in 0,5cm breite Streifen schneiden. Einen mittelgroßen Topf mit Wasser und 1/2TL Salz zum Kochen bringen.



### 4. Pilze anbraten

Inzwischen eine große Pfanne oder Wok mit 1EL **Sesamöl** hoch erhitzen. **Schwammerl** darin ca. 3-4Min. scharf anbraten, dabei wenig wenden, sodass Röstspuren entstehen. Die weißen Teile der **Jungzwiebel** hinzufügen und 1 weitere Min. anbraten.



### 2. Sauce anrühren

**Sojasauce** mit 1-2TL **Sriracha**, 1-2EL **Hoisin Sauce** und 1EL **Sesamöl** in einer kleinen Schüssel verrühren. **Knoblauch** hinzufügen und mit 1/2TL (wenn möglich braunem) Zucker würzen. Nach Geschmack mehr **Hoisin** oder **Sriracha Sauce** hinzufügen.



### 5. Spinat hinzufügen

Nun **3/4** vom **Spinat** in die Pfanne geben und anbraten bis er in sich zusammenfällt. Anschließend die Pfanne mit der Sauce ablöschen und 1-2Min. erhitzen. Mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken, ggf. 1-2EL Wasser hinzugeben, falls es zu trocken ist.



### 3. Nudeln kochen

**3/4** der **Nudeln** für 4-5Min. im kochenden Wasser kochen, dann in einem Sieb abgießen und im Topf warm halten. Wer sehr großen Hunger hat, verwendet alle **Nudeln**.



### 6. Nudeln vermengen

Zum Schluss die **Nudeln** in die Pfanne geben und alles gut vermengen. **Nudeln** mit **Gemüse** auf zwei Teller verteilen, mit grünen Teilen der **Jungzwiebeln**, übrigem **Spinat** sowie **Sesam** garnieren.