

MARLEY SPOON



Asiatische Knoblauch-Nudeln

mit Pilzen und Spinat



20-30min



4 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

- Jungzwiebeln
- Sesamöl ^{6,11}
- Hoisin Sauce ^{1,6,11}
- Weizennudeln ¹
- Babyspinat
- Champignons
- Knoblauchzehen
- Sojasauce ^{1,6}
- Austernpilze
- Sriracha Sauce
- schwarzer Sesam ¹¹

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 671.0kcal, Fett 17.8g, Eiweiß 24.7g, Kohlenhydrate 102.0g



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 großen Topf mit Wasser und 1/2TL Salz zum Kochen bringen.



4. Pilze anbraten

Inzwischen eine große Pfanne oder Wok mit 1-2EL **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 1EL **Sriracha**, 2-3EL **Hoisin Sauce** und 2EL **Sesamöl** in einer kleinen Schüssel verrühren. **Knoblauch** hinzufügen und mit 1TL (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. 2-3EL 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 vier Teller verteilen, mit grünen Teilen der **Jungzwiebeln**, übrigem **Spinat** sowie **Sesam** garnieren.