



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
- 2 Päckchen Erdnussbutter ⁵
- 2 rote Paprika
- 1 Päckchen Sojasauce ^{1,6}
- 2 Packungen Champignons
- 1 Päckchen Sweet-Chili-Sauce
- 2 Knoblauchzehen
- 16 Schaschlik-Holzspieße
- 2 Päckchen „Yokos Tofugewürz“ ¹⁰
- 400g Reisbandnudeln

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Kochtopf
- kleiner Kochtopf
- Messbecher
- 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 521.0kcal, Fett 11.6g, Eiweiß 16.9g, Kohlenhydrate 81.2g



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 der **Gewürzmischung** glatt rühren, dann den **Knoblauch** und 80ml Wasser unterrühren.



2. Gemüse schneiden

Die **Zucchini** in ca. 1cm dünne Scheiben schneiden. Die **Champignons** ggf. mit etwas 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 **2/3 der Marinade** vermengen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen.



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 den Topf mit dem kochenden Wasser 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 lassen, dabei stetig umrühren. Die **Reisbandnudeln** in ein Sieb abgießen, mit 1EL Öl vermischen, 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**