

Rezept

Asia-Bolognese mit Edamame-Nudeln

Ein Rezept von Asia-Bolognese mit Edamame-Nudeln, am 15.12.2025

Zutaten

125 g Shiitake (Pilze)
25 g Ingwer
10 g Kokosöl
10 g Tomatenmark (2 TL)
20 g Sojasauce
150 g Edamame-Fettuccine

1 kleine Zwiebel (ca. 60 g)
5 g rote Curtypaste (1 TL)
2 kleine Tomaten (ca. 120 g)
250 g Rinderhackfleisch
Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 710 kcal, 33 g F, 63 g EW, 25 g KH

Zubereitung

- 1.** Die Pilze putzen und im Mixtopf 2 Sek. / Stufe 4 hacken, dann umfüllen. Die Zwiebel schälen und vierteln. Ingwer schälen und mit Zwiebel und Curtypaste im Mixtopf 3 Sek. / Stufe 6 hacken, mit dem Spatel nach unten schieben. Das Kokosöl dazugeben und alles 3 Min. / 120° / Linkslauf / Sanfrührstufe dünsten.
- 2.** Inzwischen die Tomaten waschen und ohne die Stielansätze ca. 2 cm groß würfeln. Tomaten und Tomatenmark in den Mixtopf geben und alles 1 Min. / 120° / Linkslauf / Stufe 1 weiterdünsten. Hackfleisch mit 50 g Wasser und Sojasauce in den Mixtopf geben, 10 Min. / 100° / Linkslauf / Sanfrührstufe garen.
- 3.** Inzwischen für die Edamame-Nudeln reichlich Wasser in einem Topf aufkochen und salzen. Die Nudeln darin nach Packungsangabe bissfest kochen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
- 4.** Wenn die Sauce fertig ist, die gehackten Pilze 1 Min. / 100° / Linkslauf / Sanfrührstufe unterheben. Die Sauce nochmals abschmecken, mit der Pasta auf zwei Tellern anrichten und servieren.