

Rezept

Gemüse-Nudel-Wok mit Hackfleisch

Ein Rezept von Gemüse-Nudel-Wok mit Hackfleisch, am 28.06.2026

Zutaten

125 g chinesische Weizennudeln	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 Chinakohlblätter (ca. 100 g)
1 rote Paprikaschote	1 Tomate
1 EL Erdnussöl	150 g gemischtes Hackfleisch
Salz	Pfeffer
1 EL Fischsauce	1 EL Limettensaft
1 TL Sambal Oelek	½ TL brauner Zucker
½ Bund Koriandergrün	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsangabe in ca. 5 Min. bissfest kochen, abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

2. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Die Kohlblätter putzen, waschen und in Streifen schneiden. Paprika längs halbieren und von Stielansatz, weißen Trennwänden und Samen befreien. Hälften waschen und würfeln. Die Tomate waschen, halbieren, entkernen und ohne den Stielansatz würfeln.

3. Erst den Wok, dann das Öl darin erhitzen. Das Hackfleisch hineingeben und bei starker Hitze ca. 3 Min. unter ständigem Rühren krümelig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel und Knoblauch ca. 2 Min. mitbraten. Chinakohl, Paprika und Tomate zum Hackfleisch geben und unter Rühren ca. 2 Min. mitbraten.

4. Die Nudeln unter die Hackfleisch-Mischung heben. Fischsauce, Limettensaft, Sambal oelek und Zucker verrühren und unterrühren. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, hacken und darüberstreuen.