

Rezept

Kokos-Tomaten-Nudeln mit Spinat

Ein Rezept von Kokos-Tomaten-Nudeln mit Spinat, am 18.12.2025

Zutaten

30 g	ungeröstete Kokoschips	1	rote Paprikaschote (ca. 220 g)
2	Schalotten	2	Knoblauchzehen
20 g	Ingwer	200 g	Bavette (Kochzeit 8 Min.)
100 g	TK-Erbsen	200 ml	cremige Kokosmilch
200 ml	stückige Tomaten (aus der Dose)		Salz
150 g	Babyspinat	2 - 3 EL	Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 740 kcal

Zubereitung

1. Die Kokoschips in einer großen Pfanne mit hohem Rand oder einem weiten Topf ohne Fett hellbraun rösten, herausnehmen und beiseitestellen.
2. Die Paprikaschote längs halbieren, entkernen, waschen und in schmale Streifen schneiden. Die Schalotten sowie den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und sehr fein würfeln.
3. Die Nudeln mit Paprika, Schalotten, Knoblauch, Ingwer und den gefrorenen Erbsen in die Pfanne geben. Die Kokosmilch, die Tomaten, 300 ml kaltes Wasser sowie 1 TL Salz hinzufügen. Zugedeckt bei starker Hitze zum Kochen bringen.
4. Dann die Nudeln offen bei mittlerer bis starker Hitze ca. 12 Min. kochen lassen. Dabei ab und zu umrühren, je mehr Flüssigkeit verkocht ist, desto öfter. Die Nudeln probieren. Sind sie nicht durch, bei Bedarf noch 3 - 5 EL Wasser hinzufügen und kurz weiterköcheln lassen.
5. Den Spinat waschen, trocken schütteln und unter die fertigen Nudeln heben. Mit Limettensaft abschmecken und mit Kokoschips bestreuen.