Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Mie-Nudel-Suppe mit Honigfleisch

Ein Rezept von Mie-Nudel-Suppe mit Honigfleisch, am 04.06.2025

Zutaten

250 g	dünne Schweineschnitzel (Minutenschnitzel)
1-2 TL	Sambal oelek
150 g	Mie-Nudeln (asiatische Instant-Eiernudeln)
1	dicke Möhre
150 g	Mungbohnensprossen
2 EL	Hoisin-Sauce (aus dem Asienladen)
2 EL	Honig
1	Knoblauchzehe
7-8 EL	Sojasauce
200 g	grüner Spargel
4	Frühlingszwiebeln
1,2 l	Gemüse- oder Rinderbrühe
2 EL	Erdnussöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. Die Schweineschnitzel in dünne Streifen schneiden, eventuell die Schnitzel vorher mit dem Handballen noch etwas flacher drücken. Den Knoblauch schälen, fein hacken und mit Sambal oelek und 1 EL Sojasauce verrühren, mit dem Fleisch mischen. Im Kühlschrank ca. 2 Std. zugedeckt marinieren lassen.

2. Dann die Nudeln nach Packungsanweisung in Wasser garen, in ein Sieb gießen, abschrecken und abtropfen lassen. Den Spargel waschen, holzige Enden wegschneiden und die Stangen schräg in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Möhre schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Möhrenstücke längs in dünne Scheiben schneiden, dann die Scheiben übereinanderlegen und in feine Stifte schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und den weißen Teil schräg in ca. 1 cm große Stücke, den grünen Teil in feine Ringe schneiden. Sprossen in ein Sieb geben und kurz abbrausen.

3. Die Brühe in einem Suppentopf aufkochen, Möhre und Spargel dazugeben und ca. 5 Min. bei geringer Hitze garen, die Sprossen während der letzten Minute dazugeben. Die Suppe mit 3-4 EL Sojasauce und Hoisin-Sauce würzen. Nudeln hineingeben, heiß werden lassen.

4. Inzwischen das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Darin das Schweinefleisch und die weißen Zwiebelstücke bei starker Hitze scharf anbraten. Honig darüberträufeln, mit der übrigen Sojasauce ablöschen. Die Pfanne vom Herd nehmen und alles gut durchschwenken. Die Suppe auf Schälchen verteilen, das Fleisch samt Bratensatz darauflöffeln und mit dem Zwiebelgrün bestreuen. Sofort servieren.