

Rezept

Nudel-Wok mit Rindfleisch

Ein Rezept von Nudel-Wok mit Rindfleisch, am 14.04.2026

Zutaten

300 g Rinderlende	1 Stück Ingwer (ca. 3 cm)
2 Stängel Zitronengras	1-2 grüne Chilischoten (je nach gewünschter Schärfe)
2-3 EL Sojasauce	1 rote Paprikaschote
2 dünne Zucchini	2 EL Öl
250 g Wok-Nudeln (Instant-Nudeln ohne Vorkochen)	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Das Rindfleisch in Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und hacken. Das Zitronengras putzen, unteres Ende fein hacken. Die Chilischoten putzen, waschen und hacken. Alles mit dem Fleisch und 1 EL Sojasauce mischen. Paprikaschote und Zucchini waschen, putzen und längs in feine Streifen schneiden.
2. 1 EL Öl in einem Wok erhitzen. Das gewürzte Fleisch darin 2-3 Min. unter Rühren scharf anbraten, dann herausnehmen. Die Paprika- und Zucchinistreifen im restlichen Öl unter Rühren anbraten. Die Nudeln und gut 300 ml warmes Wasser unterrühren, bis das Wasser von den Nudeln aufgenommen ist.
3. Das Fleisch wieder dazugeben und alles noch 3-4 Min. garen. Mit restlicher Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.