

## Rezept

# Ramen mit Steak, geröstetem Mais und Tomate

Ein Rezept von Ramen mit Steak, geröstetem Mais und Tomate, am 28.06.2026

## Zutaten

|   |   |
|---|---|
| <b>1</b> Knoblauchzehen                                   | <b>¼ Stange</b> Lauch (grüner Abschnitt)      |
| <b>50 g</b> Mais (aus der Dose)                           | <b>6</b> Kirschtomaten                        |
| <b>40 g</b> Parmesan                                      | <b>800 ml</b> Rinderfond                      |
| <b>1 EL</b> Rapsöl zum Braten                             | <b>1</b> kleines Entrecôte-Steaks (ca. 150 g) |
| <b>400 g</b> vorgegarte Instant-Ramen-Nudeln (Asienladen) | <b>4 EL</b> Sojasauce                         |
| <b>4 EL</b> Sake (Reiswein)                               |   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 650 kcal, 19 g F, 39 g EW, 73 g KH

## Zubereitung

1. Knoblauch schälen und fein hacken. Lauch waschen, putzen, längs halbieren und in feine Ringe schneiden. Lauchringe in eine Schale mit kaltem Wasser geben, damit sie etwas milder werden. Den Mais abtropfen lassen. Kirschtomaten waschen und trocknen. Den Parmesan fein reiben.
2. Den Fond mit dem gehackten Knoblauch in einem breiten Topf aufkochen und in 10 Min. bei starker Hitze offen auf ca. 600 ml reduzieren lassen. Anschließend den geriebenen Parmesan einrühren.
3. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Steak darin 4 Min. pro Seite braten. Nach dem Wenden Tomaten und Mais zugeben und mitrösten. Nudeln nach Packungsanweisung bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen.
4. Das Steak in dünne Streifen schneiden. Den Lauch in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Je 2 EL Sojasauce und Sake auf zwei Schalen verteilen, den heißen Fond darübergießen. Die Nudeln zugeben und mit einer Gabel spiralförmig aufdrehen. Steak, Mais, Tomaten und Lauch darauf anrichten. Die Ramen sofort servieren.