

## Rezept

# Reisnudel-Spinat-Topf

Ein Rezept von Reisnudel-Spinat-Topf, am 27.04.2024

## Zutaten

<b>375 g</b> TK-Spinat	<b>350 g</b> Zuckerschoten
<b>3</b> Knoblauchzehen	<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (3 cm)
<b>1</b> rote Chilischote	<b>1 Stück</b> unbehandelte Orangenschale
<b>400 g</b> mittelbreite Reisnudeln	<b>2 EL</b> geschmacksneutrales Öl
<b>1/8 l</b> Gemüsebrühe	<b>4 EL</b> Sojasauce
<b>2 TL</b> Honig	Salz
<b>1/4 Bund</b> Minze	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 zum Sattessen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 495 kcal

## Zubereitung

1. Den Spinat schon morgens aus der Packung nehmen und in einem Sieb über einer Schüssel auftauen lassen.

---

2. Dann Zuckerschoten waschen und die Enden abschneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen und den Stiel abschneiden, die Schote längs aufschlitzen, entkernen und fein hacken. Die Orangenschale ebenfalls fein zerkleinern.

---

3. Für die Reisnudeln reichlich Wasser zum Kochen bringen. Die Nudeln darin in etwa 4 Minuten sprudelnd bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, kurz kalt abschrecken und abtropfen lassen.

---

4. Während die Nudeln kochen, Öl in einem Topf heiß werden lassen. Knoblauch, Ingwer und Chili darin andünsten. Zuckerschoten zugeben und kurz andünsten. Spinat auseinander zupfen und mit Brühe, Sojasauce und dem Honig untermischen. Gemüse mit Salz abschmecken, Deckel auflegen, Hitze klein stellen und das Gemüse in 4-6 Minuten (zwischen durch probieren) bissfest garen.

---

5. Minze abbrausen und trockenschütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Reisnudeln mit Orangenschale unter das Gemüse mischen und unter Rühren wieder gut heiß werden lassen. Nudeltopf eventuell mit Sojasauce oder Salz abschmecken. Vor dem Servieren Minze aufstreuen.