

## Rezept

# Rindfleischsuppe mit Soba-Nudeln

Ein Rezept von Rindfleischsuppe mit Soba-Nudeln, am 28.04.2024

## Zutaten

<b>100 g</b> Rinderfilet	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>3 EL</b> Sojasauce	<b>1 EL</b> geröstetes Sesamöl
<b>1 EL</b> Sesamsamen	<b>1/2 TL</b> Zucker
<b>60 g</b> Soba-Nudeln	Salz
<b>100 g</b> Wurzelspinat	<b>4</b> Champignons
<b>2</b> Frühlingszwiebeln	<b>400 ml</b> Rinderbrühe
<b>2 EL</b> Mirin	<b>1 EL</b> Sonnenblumenöl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

## Zubereitung

1. Fleisch in sehr dünne Scheibchen schneiden. Knoblauch schälen, durchpressen und mit 1 EL Sojasauce, Sesamöl, Sesamsamen und Zucker verrühren. Das Fleisch untermischen und zugedeckt 2 Std. marinieren.
2. Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser garen, in ein Sieb abgießen. Spinat waschen, putzen und in einzelne Blätter teilen. Pilze trocken abreiben und in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen, schräg in Ringe schneiden. Brühe aufkochen. Mirin einrühren, Spinat und Pilze zugeben, bei schwacher Hitze 3 Min. garen.
3. Inzwischen Öl im Wok oder einer beschichteten Pfanne erhitzen. Fleisch darin 2 Min. scharf anbraten. Zwiebeln und 2 EL Sojasauce zugeben, unter Rühren 1 Min. weiterbraten. Die Nudeln auf zwei Suppenschalen verteilen, mit Suppe übergießen und das Fleisch daraufgeben. Heiß servieren.