

## Rezept

# Udon-Nudeln mit Chili-Hack

Ein Rezept von Udon-Nudeln mit Chili-Hack, am 18.06.2026

## Zutaten

<b>3 EL</b> Sojasauce	<b>3 EL</b> Reisessig (ersatzweise Weißweinessig)
<b>1 1/2 EL</b> Zucker	<b>2 EL</b> Gochujangpaste
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>20 g</b> frischer Ingwer
<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	<b>1/2 Bund</b> Koriandergrün
<b>100 g</b> TK-Edamame-Bohnen	Salz
<b>300 g</b> frische Udon-Nudeln (vakuumverpackt)	<b>3 EL</b> Olivenöl
<b>250 g</b> gemischtes Hackfleisch	<b>1 1/2 EL</b> Tomatenmark

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**  
Ca. 1230 kcal, 45 g F, 52 g EW, 151 g KH

## Zubereitung

1. Sojasauce, Reisessig und Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat, dann mit Gochujang-Paste und 2 EL Wasser glatt verrühren. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trocken schütteln, den weißen und grünen Teil getrennt in etwas breitere Ringe schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob zerschneiden.
2. Edamame in leicht gesalzenem Wasser 8-10 Min. garen, in ein Sieb abgießen und warm halten. Währenddessen Udon-Nudeln in einen Topf geben und mit kochend heißem Wasser übergießen. 2-3 Min. stehen lassen, dabei vorsichtig mit einer Gabel auflockern, in ein Sieb gießen und abtropfen lassen.
3. In einer beschichteten Pfanne das Öl stark erhitzen, darin das Hackfleisch krümelig braun braten, dabei zwischendurch mit einem Holzlöffel zerteilen. Leicht salzen, Tomatenmark, weiße Zwiebelringe, Ingwer und Knoblauch unterrühren und weitere 1-3 Min. unter Rühren bei mittlerer Hitze rösten. Würzsauce zugeben und 1-2 Min. alles untereinander rühren. Edamame und Nudeln zugeben und weitere 2-3 Min. vorsichtig rühren, bis alles heiß ist und sich gut verbindet. Zwiebelgrün und Koriander unterheben und sofort servieren.