

nudelsuppe-mit-fleischaebalchen-spinat

Nudelsuppe mit Fleischaebalchen & Spinat

Zutaten für 4 Personen

600 g Rinderhackfleisch
4 Fruehlingszwiebeln
1600 ml Gemuesebruehe
12 g Ingwer
260 g Mie-Nudeln
40 g Sesamsaat
160 g Blattspinat, frisch
2 EL Rapsol
4 EL Speisestaerke
8 Knoblauchzehen
160 ml Kikkoman Teriyaki Barbecuesauce mit
Honig
4 Prise Pfeffer
4 Prise Salz

Schritte:

1. Alles parat?
2. Spinat waschen und abtropfen lassen.
3. Ingwer schalen und fein hacken.
4. Knoblauch schalen und reiben.
5. Oel in einem Topf erhitzen, Ingwer und 1/2 Knoblauch darin braten. Mit Pfeffer wuerzen.
6. Gemuesebruehe und etwas Teriyaki-Honig-Sauce hinzugeben, aufkochen lassen und warm halten.
7. Waehrenddessen Fruehlingszwiebeln waschen und fein hacken.
8. Hackfleisch mit Fruehlingszwiebeln, Speisestaerke, etwas Teriyaki-Sauce und restlichem Knoblauch mischen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen.
9. Aus der Hackfleischmischung walnussgroesse Baellchen formen.
10. Waehrenddessen Bruehe bei mittelhoher Hitze wieder zum Kochen bringen. Hackfleischbaellchen hinzu geben und 7 min. gar ziehen lassen.
11. Kurz vor Ende der Garzeit Mie-Nudeln hinzugeben und nach Packungsanleitung koecheln.

12. 1 Min. vor Ende der Garzeit Spinat hinein geben und mitkochen lassen.
13. Nudelsuppe mit Fleischbällchen und Spinat servieren. Fleischbällchen mit restlicher Teriyaki Sauce beträufeln, mit Sesamsaat garnieren und genießen.