

# Fettuccine Dandan-Style mit Hackfleisch

Hoisin, Pak Choi und Erdnuss-Chili-Öl

extra schnell 15 – 25 Minuten • 1218 kcal • Tag 2 kochen



gemischte Hackfleischzubereitung



Fettuccine



Pak Choi



Frühlingszwiebel



Hoisinsoße



Sojasoße



Erdnussbutter



Erdnüsse, gesalzen



milder Chili-Mix



5-Gewürzpulver

**GESTALTE DEIN PERFEKTES WEIHNACHTSMENÜ**



ZUR AUSWAHL



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

# Los geht's

Wasche Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Wasser\*, Salz\*, Öl\*

## Kochutensilien

1 große Schüssel, 1 große Pfanne, 1 großer Topf und 1 Sieb

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
Fettuccine (15)	270 g	360 g	500 g
Pak Choi DE   ES   IT	200 g	300 g**	400 g
Frühlingszwiebel DE   NL   MA   EG	2	3	4
Hoisinsoße (11) (15)	25 ml	50 ml	50 ml
Sojasoße (11) (15)	50 ml	75 ml	100 ml
Erdnussbutter (1)	50 g	75 g	100 g
Erdnüsse, gesalzen (1)	20 g	30 g**	40 g
milder Chili-Mix	2 g	2 g	4 g
5-Gewürzpulver	4 g	6 g**	8 g

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 540 g)
Brennwert	952 kJ/227 kcal	5097 kJ/1218 kcal
Fett	11,4 g	60,9 g
– davon ges. Fettsäuren	3,2 g	17,2 g
Kohlenhydrate	21 g	112,3 g
– davon Zucker	2,5 g	13,6 g
Eiweiß	10,2 g	54,5 g
Salz	1,56 g	8,35 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** (1) Erdnüsse (11) Soja (15) Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland NL: Niederlande MA: Marokko EG: Ägypten ES: Spanien IT: Italien



## 1 Fettuccine kochen

Erhitze reichlich **Wasser\*** im Wasserkocher.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und aufkochen lassen. **Fettuccine** hinzugeben und 11 – 12 Min. bissfest garen. Anschließend durch ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.



## 2 Für das Chili-Öl

In einer großen Pfanne 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\*** erhitzen.

Währenddessen weißen und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in Ringe schneiden.

In einer kleinen Schüssel **Chili-Mix (Achtung: scharf!)**, **Erdnüsse**, grünen Teil der **Frühlingszwiebel** und **Salz\*** vermengen. Das heiße **Öl** über die **Mischung** geben und beiseite stellen.



## 3 Dandan-Fleisch anbraten

Strunk vom **Pak Choi** abschneiden und den weißen Teil des **Pak Choi** in 1 – 2 cm Stücke schneiden, grünen Teil ganz lassen.

In derselben großen Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Hackfleisch** und weißen Teil der **Frühlingszwiebel** darin 2 – 3 Min. scharf anbraten. Hitze reduzieren, **Pak Choi**, **5-Spice**, **Hoisinsoße** und Hälfte [drei Viertel | gesamte] **Sojasoße** hinzufügen und noch 4 – 5 Min. braten.



## 4 Währenddessen

In einer großen Schüssel **Erdnussbutter**, restliche **Sojasoße** und 100 ml [150 ml | 200 ml] heißes **Wasser\*** vermengen.

**Tipp:** Die **Erdnussbutter** muss nicht komplett glatt gerührt sein.



## 5 Fettuccine vollenden

Die vorbereitete **Soße** in den Topf mit den abgeseihten **Fettuccine** geben und alles vermengen.



## 6 Anrichten

**Fettuccine** mit **Soße** auf tiefe Teller verteilen, dann mit **Dandan-Fleisch** toppen und mit **Erdnuss-Chili-Öl** beträufeln.

**Guten Appetit!**

### milder Chili-Mix

Sei etwas vorsichtig beim Würzen mit unserem milden Chili-Mix. Trotz seines Namens kann der Schärfegrad variieren. Starte mit weniger und taste Dich an Deine Wohlfühl-Schärfe heran.

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

