

Muschelnudeln mit Hack-Currysoße

Nudel-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1 rote Paprika
- » 1 gelbe Paprika
- » 150g Zwiebel(n)
- » 2 Knoblauchzehe(n)
- » 2 EL Öl
- » 500g Hackfleisch
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Curry
- » 2 EL Mehl
- » 500ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 250g Schlagsahne
- » 400g Muschelnudeln
- » 1 Topf Koriander
- » 2 EL Limettensaft

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Paprika putzen, waschen und in Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln würfeln, Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hackfleisch darin krümelig anbraten. Zwiebeln und Knoblauch zufügen und andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Curry und Mehl bestäuben und anschwitzen. Mit Brühe und Sahne ablöschen, Paprika zufügen und aufkochen lassen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5min schmoren.

3. Inzwischen Nudeln in reichlich kochendes Wasser geben und nach Packungsanleitung bissfest garen. Anschließend abgießen, kurz kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

4. Koriander waschen, trockenschütteln und, bis auf etwas zum Garnieren, hacken. Koriander in die Hacksoße rühren. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft würzig abschmecken. Soße und Nudeln auf Tellern anrichten und mit Koriander garniert servieren.

Nährwerte: 850kcal/E40g/F40g/KH81g pro Portion

angelegt am: 05.10.2004

Rezept-Nr: 1322

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke