

# MAPO CURRY NUDEIN

Zeitaufwand: **30–40 Minuten**  
(+ **Mindestens 1h Tiefkühler**)

Kategorie: **Hauptgerichte**

Küchenutensilien: **Eiswürfelform, Messer, Wok oder Pfanne**



1. Alle Zutaten (©) für die Curryfüllung in kaltem Wasser verrühren und dann kurz aufkochen.
2. Die Currysauce nun in eine Eiswürfel-Form geben und in dem Tiefkühl-Fach für mindestens 1 Stunde gefrieren lassen. (Dies kann auch am Vortag passieren)
3. Tofu in 2 cm große Würfel schneiden.  
  
Frühlingszwiebeln waschen und schräg in kleine Ringe schneiden.
4. Hackfleisch scharf anbraten und den Herd danach auf mittlere Hitze stellen und die Bohnen dazu geben und ca. 1 Minute weiter braten lassen.
5. Mit der Hühnerbrühe ablöschen und die Zutaten (♦) dazu geben.
6. Ca. 5 Minuten köcheln lassen und dann erst die Frühlingszwiebeln dazu geben.
7. Mit Chili und Pfeffer abschmecken.
8. Das Hackfleisch mit den restlichen Zutaten (★) mischen und mindestens 5 Minuten kneten. Danach das Hack zu einer runden Scheibe formen.
9. Nun die gefrorenen Curry-Saucen-Würfel in die Mitte des Fleischbällchens geben und eine feste Kugel formen.
10. Die Kugel von allen Seiten scharf anbraten und dann für 10–15 Minuten bei 180° in den Ofen geben.
11. In der Zwischenzeit die Ramen Nudeln 3 Minuten in Wasser kochen.
12. In einer Bowl nun die Nudel, das Mapo Tofu und den Fleischball als Topping anrichten.

**ITADAKIMASU**

## Zutaten für 1 Portion

### Mapo Tofu:

- ca. 180g Räuchertofu (♦)
- 1 Frühlingszwiebel
- Öl zum braten
- 100 g Hackfleisch
- 1 EL Schwarze Bohnen-Knoblauch-Sauce
- 1 EL Chilli Bean Sauce – Toban Djan (Alternativ: 2 EL von den Knoblauch Bohnen)
- 150 ml Hühnerbrühe (mehr, wenn ihr es flüssiger mögt)
- 1 EL helle Sojasauce (♦)
- 1 Priesse Zucker (♦)
- Chili und Pfeffer

### Fleischball:

- 300 g Hackfleisch
- ½ TL Chinesischen Fünf-Gewürze Mischung (★)
- 1 TL Sojasauce (★)
- 1 TL Sake (★)
- ½ TL Pfeffer (★)
- ½ TL Senf (★)

### Curryfüllung:

- 50 ml Rinderbrühe (©)
- 1 TL Currypulver (©)
- 1 TL Kartoffelstärke (©)

### 1x Ramen Nudeln