KIKKOMAN

Chinesische Fleischbällchen

Gesamtzeit **25 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3'274 kJ / 782 kcal

Fett: **39.1 g** Eiweiss: **42.9 g**
Kohlenhydrate: **63.3 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für die Fleischbällchen:

100 g	Glasnudeln
2	Schalotten
15 g	Ingwer
0.5	Chilischote
3.5	Knoblauchzehen
2.5 EL	Öl
1 EL	Frühlingszwiebelgrün, gehackt
400 g	gemischtes Hackfleisch
1	Ei
0.5 TL	chinesisches 5-Gewürze-Pulver
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
4 EL	Kikkoman Teriyaki Marinade

Zum Garnieren:

1 TL	geröstete Sesamsamen
0.5 TL	Chiliflocken
2 EL	Koriander

Für die Beilage:

100 g	gekochter Jasminreis

ZUBEREITUNG

Schritt 1

100 g Glasnudeln
Die Glasnudeln nach Packungsanweisung garen, abgiessen und mit kaltem Wasser abschrecken. Mit einer Schere in kürzere Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Schritt 2

2 Schalotten - **15 g** Ingwer - **0.5** Chilischote - **3.5** Knoblauchzehen - **2.5 EL** Öl - **1 EL** Frühlingszwiebelgrün, gehackt
Schalotten, Ingwer, Chili und Knoblauch fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse einschliesslich der Frühlingszwiebel etwa 1 Minute lang anbraten. Dann zu den kleingeschnittenen Nudeln geben.

Schritt 3

400 g gemischtes Hackfleisch - **1** Ei - **0.5 TL** chinesisches 5-Gewürze-Pulver
Hackfleisch, Ei und Gewürzpulver in die Schüssel mit den Nudeln und dem Gemüse geben. Alles gründlich vermischen. Aus der Masse Kugeln von etwa 3–4 cm Durchmesser formen.

Schritt 4

2 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **2 EL** Kikkoman Teriyaki Marinade - **1 TL** geröstete Sesamsamen - **0.5 TL** Chiliflocken - **2 EL** Koriander - **100 g** gekochter Jasminreis
Die Fleisch-Glasnudel-Bällchen in einer heissen Pfanne goldbraun braten. Dann Kikkoman Sojasauce und Kikkoman Teriyaki Marinade hinzufügen und alles gut verrühren. Die Bällchen in eine Schüssel geben, mit Sesamsamen und

Chiliflocken bestreuen und mit gehacktem Koriander garnieren. Dazu Jasminreis servieren.