



# Vietnamesische Chilinudeln mit Rinderhackfleisch dazu Spitzpeperoni und Buschbohnen, getoppt mit Erdnüssen

30 – 40 Minuten • 3.110 kj/743 kcal • Tag 2 kochen

4



HelloFresh Beef Gehacktes



Buschbohnen



rote Spitzpeperoni



Knoblauchzehe



rote Peperoncini



Sojasauce



Hoisin-Sauce



Zitronengras



Chili-Nudeln



Erdnüsse



Maizena



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

Gut, im Haus zu haben

Rindsbouillonpulver\*, Salz\*, Pfeffer\*, Wasser\*

# Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

## Was Du benötigst

1 grosse Bratpfanne, 1 grosser Topf mit Deckel, 1 Knoblauchpresse, 1 Sieb und hohes Rührgefäss.

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
HelloFresh Beef	1 x 250 g	1 x 500 g
Gehacktes		
Buschbohnen	1 x 100 g	1 x 200 g
rote Spitzpeperoni	1 x 100 g	2 x 100 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
rote Peperoncini	1 x 15 g	2 x 15 g
Sojasauce <b>11) 15)</b>	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Hoisin-Sauce <b>11) 15)</b>	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Zitronengras	1 x 20 g	2 x 20 g
Chili-Nudeln <b>15)</b>	1 x 200 g	2 x 200 g
Erdnüsse <b>1)</b>	1 x 10 g	1 x 20 g
Maizena	1 x 4 g	1 x 8 g
Rindsbouillonpulver*, Wasser*	Angaben im Text	
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack	

\*Gut im Haus zu haben.

\*\*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. 1.000 g)
Brennwert	693 kJ/166 kcal	3.110 kJ/743 kcal
Fett	5.07 g	22.72 g
- davon ges. Fettsäuren	0.21 g	0.92 g
Kohlenhydrate	17.53 g	78.62 g
- davon Zucker	3.62 g	16.22 g
Eiweiss	7.33 g	32.88 g
Salz	0.708 g	3.177 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!).



## Nudeln kochen

Enden der **Buschbohnen** abschneiden und **Bohnen** dritteln.

In einen grossen Topf reichlich **heisses Wasser\*** füllen, ausreichend **salzen\*** und die **Bohnedrittel** in das **kochende Wasser** geben.

Nach 2 – 3 Min. die **Chili-Nudeln** hinzufügen und beides weitere 5 – 6 Min. bissfest garen.

Anschliessend durch ein Sieb abgiessen, kalt abschrecken und beiseitestellen.



## Für die Sauce

In einem hohen Rührgefäss 4 g [8 g] **Rindsbouillonpulver\***, **Hoisinsauce**, 150 ml [300 ml] **Wasser\*** und **Maizena** miteinander verrühren.



## Gemüse schneiden

**Spitzpeperoni** 1 cm breite Ringe schneiden.

**Peperoncini** halbieren, entkernen und in dünne Streifen schneiden (**Achtung: scharf!**).

**Knoblauch** abziehen.

**Zitronengras** mit einem Messerrücken flachdrücken und quer halbieren.



## Hackfleisch

Eine grosse Bratpfanne ohne Fettzugabe auf hoher Stufe erhitzen, **Hackfleisch** darin ca. 2 Min. anbraten.

**Peperonistücke** zufügen und 3 – 4 Min. mitbraten.



## Gemüse vollenden

**Knoblauch** zum **Hackfleisch** pressen, **Peperoncini** nach Geschmack (**Achtung: scharf!**) und **Zitronengras** zufügen und ca. 2 Min. weiterdünsten.

**Pfannengemüse** mit **Hoisin-Mix** ablöschen, die Hitze reduzieren und ca. 1 Min. weitergaren, bis das **Gemüse** gar und die Sauce leicht dickflüssig geworden ist.

Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Anrichten

**Zitronengras** aus der Bratpfanne nehmen und **Chili-Nudeln** unterheben, auf Teller verteilen, nach Belieben mit restlichen **Peperoncini** und **Erdnüssen** bestreuen und nach Geschmack mit **Sojasauce** beträufeln.

## En Guete!

### Peperoncini

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Peperoncini im Schärfegrad variieren kann. Gegen Capsaicin, den scharfen Wirkstoff in Peperoncini, helfen fettlösliche Lebensmittel wie Milch und Käse.

### Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) ein!





# Vietnamese chilli noodles with minced beef, served with red pepper and French beans, and topped with peanuts

30-40 minutes • 3.110 kj/743 kcal • Cook on day 2

4



HelloFresh minced beef



French beans



Red pointed pepperoni



Garlic cloves



Red peperoncini



Soy sauce



Hoisin sauce



Lemon grass



Chilli noodles



Peanuts



Corn starch



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

Good to have at hand

Beef stock powder\*, salt\*, pepper\*, water\*

# Let's get started

Wash the fruit, vegetables and herbs.

Boil plenty of water in the kettle.

## What you need

1 large frying pan, 1 large pot with lid, 1 garlic press, 1 sieve and 1 tall mixing bowl.

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
HelloFresh minced beef	1 x 250 g	1 x 500 g
French beans	1 x 100 g	1 x 200 g
Red pointed pepperoni	1 x 100 g	2 x 100 g
Garlic cloves	1 x 4 g	2 x 4 g
Red peperoncini	1 x 15 g	2 x 15 g
Soy sauce <b>11</b> <b>15</b> )	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Hoisin sauce <b>11</b> <b>15</b> )	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Lemon grass	1 x 20 g	2 x 20 g
Chilli noodles <b>15</b> )	1 x 200 g	2 x 200 g
Peanuts <b>1</b> )	1 x 10 g	1 x 20 g
Corn starch	1 x 4 g	1 x 8 g
Beef stock powder*, water*	Amounts specified in text	
Salt*, pepper*	According to taste	

\*Good to have at hand.

\*\*Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

## Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 1000 g)
Calories	693 kJ/166 kcal	3.110 kJ/743 kcal
Fat	5.07 g	22.72 g
- incl. saturated fats	0.21 g	0.92 g
Carbohydrate	17.53 g	78.62 g
- incl. sugar	3.62 g	16.22 g
Protein	7.33 g	32.88 g
Salt	0.708 g	3.177 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

**Allergens: 1)** Peanuts **11)** Soya **15)** Wheat.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients).



## Cook the noodles

Cut off the ends of the French beans, then cut the beans into thirds.

Put plenty of hot water\* into a large pot, add plenty of salt\* and add the sliced bean to the boiling water.

After 2-3 minutes, add the chilli noodles and cook together for another 5-6 minutes until al dente.

Then drain in a sieve, rinse with cold water and put aside.



## For the sauce

In a tall mixing bowl, mix together 4 g [8 g] beef stock powder\*, hoisin sauce, 150 ml [300 ml] water\* and corn starch.



## Chop the vegetables

Cut the pointed pepper into rings 1 cm thick.

Halve the peperoncini, remove the seeds and cut it into thin strips (warning: spicy!).

Peel the garlic.

Flatten the lemon grass with the back of a knife and cut it in half crosswise.



## Minced meat

Heat a large frying pan on high heat without adding any fat and sauté the mince for about 2 minutes.

Add the pepper pieces and sauté together for 3-4 minutes.



## Finish the vegetables

Crush the garlic into the chopped meat, add peperoncini according to taste (warning: spicy!) and lemon grass and cook for about another 2 minutes.

Deglaze the pan-fried vegetables with the hoisin mix, reduce the heat and cook for another 1 minute until the vegetables are done and the sauce has thickened slightly.

Season with salt\* and pepper\*.



## Serve

Remove the lemon grass from the frying pan and mix in the chilli noodles. Apportion onto plates, sprinkle with the remaining peperoncini and peanuts, and drizzle with soy sauce according to taste.

## Bon appetit!

### Peperoncini

Be careful with the amounts as the spiciness of our peperoncini can vary. Fat-soluble foods such as milk and cheese help counteract capsaicin, the pungent ingredient in peperoncini.

### Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at [www.hellofresh.ch/freunde!](http://www.hellofresh.ch/freunde!)



# Nouilles au piment à la vietnamienne avec du bœuf haché accompagnées de poivrons et de haricots verts et garnies de cacahuètes

30 – 40 minutes • 3.110 kJ/743 kcal • Cuisiner au 2e jour

4



Bœuf haché HelloFresh



Haricots verts



Pepperoni pointu rouge



Gousse d'ail



Piment rouge



Sauce soja



Sauce hoisin



Lemongrass



Nouilles au piment



Cacahuètes



Maïzena



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

**Ingédients à toujours avoir chez soi**

Bouillon de bœuf en poudre\*, sel\*, poivre\*,  
eau\*

# C'est parti

Laver les fruits, les légumes et les fines herbes.

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire.

## Ce dont vous avez besoin

1 grande poêle, 1 grande casserole avec couvercle, 1 presse-ail, 1 passoire et 1 bol mélangeur

## Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Bœuf haché HelloFresh	1 x 250 g	1 x 500 g
Haricots verts	1 x 100 g	1 x 200 g
Pepperoni pointu rouge	1 x 100 g	2 x 100 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Piment rouge	1 x 15 g	2 x 15 g
Sauce soja <b>(11) (15)</b>	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Sauce hoisin <b>(11) (15)</b>	1 x 25 ml	1 x 50 ml
Lemongrass	1 x 20 g	2 x 20 g
Pâtes au piment <b>(15)</b>	1 x 200 g	2 x 200 g
Cacahuètes <b>(1)</b>	1 x 10 g	1 x 20 g
Maïzena	1 x 4 g	1 x 8 g

Bouillon de bœuf en poudre\*, eau\*  
Sel\*, poivre\*  
Détails dans le texte  
selon les goûts

\*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

\*\*Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

## Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 1.000 g)
Valeur calorique	693 kJ/166 kcal	3.110 kJ/743 kcal
Lipides	5.07 g	22.72 g
- dont acides gras saturés	0.21 g	0.92 g
Glucides	17.53 g	78.62 g
- dont sucre	3.62 g	16.22 g
Protéines	7.33 g	32.88 g
Sel	0.708 g	3.177 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

**Allergènes :** (1) cacahuètes (11) soja (15) blé.

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



### Faire cuire les pâtes

Équeuter les haricots verts et les couper en trois.

Verser une grande quantité d'eau chaude\* dans une grande casserole, ajouter suffisamment de sel\* et mettre les haricots dans l'eau bouillante.

Au bout de 2 à 3 minutes, ajouter les nouilles au piment et faire cuire al dente encore 5 à 6 minutes.

Égoutter dans une passoire et refroidir à l'eau froide, puis réserver.



### Pour la sauce

Dans un bol mélangeur, mélanger 4 g [8 g] de bouillon de bœuf en poudre\*, la sauce hoisin, 150 ml [300 ml] d'eau\* et la maïzena.



### Couper les légumes

Couper le poivron long en rondelles de 1 cm de large.

Couper le piment en deux, enlever les graines et couper en rondelles fines (attention, piquant !).

Peler l'ail.

Aplatir le lemongrass avec le dos d'un couteau et couper en deux dans le sens de la largeur.



### Viande hachée

Chauffer une grande poêle à feu vif sans ajouter de matière grasse, faire revenir la viande hachée environ 2 minutes.

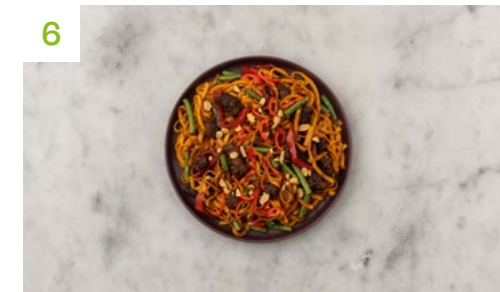
Ajouter les morceaux de poivron et faire revenir encore 3 à 4 minutes



### Mettre la touche finale aux légumes

Presser l'ail dans la viande hachée, le piment selon les goûts (attention, ça pique !) et le lemongrass et laisser encore mijoter env. 2 minutes. Déglacer la poêlée de légumes avec le mélange Hoisin, baisser le feu et poursuivre la cuisson env. 1 minutes jusqu'à ce que les légumes soient cuits et que la sauce épaississe légèrement.

Assaisonner avec du sel\* et du poivre\*.



### Dresser

Retirer le lemongrass de la poêle, incorporer les nouilles au piment, répartir dans des assiettes, garnir à volonté des restes de piment et de cacahuètes et arroser selon les goûts de sauce soja.

### Bon appétit !

#### Piment

Soyez prudent lors du dosage car nos piments peuvent être plus ou moins piquants. Les aliments liposolubles comme le lait et le fromage aident à neutraliser la capsaïcine, l'ingrédient piquant du piment.

#### Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !  
Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) !

