



Mexikanische Torta mit „Chorizo“-Hack

mit Feta und Refried Beans



ca. 30min



2 Personen

Anders als der Name suggeriert, servierst du heute keinen Kuchen, sondern mexikanisches Streetfood in Form eines wirklich robusten Sandwichs. Die Füllung besteht aus knusprigem Schweinehack, das in pikanten Gewürzen „Chorizo“-Style gebraten wird. Mit dazu schlüpfen nach Koriander duftende schwarze Bohnen, knackige Gesellschaft bekommen sie von frischen Gurkenscheiben und eingelegten Zwiebeln. Zum Anbeißen!

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen Harissa-Gewürzmischung
- 1 Tomate
- 1 rote Zwiebel
- 10g Koriander
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Dose schwarze Bohnen
- 1 Minigurke
- 100g Feta ⁷
- 2 Baguettebrötchen ¹

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- mittelgroße Pfanne
- kleine Pfanne
- Kartoffelstampfer

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 977kcal, Fett 45.0g, Kohlenhydrate 89.3g, Eiweiß 46.4g



1. Hackfleisch würzen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder reiben. Das **Hackfleisch** mit der **Harissa-Gewürzmischung**, 1EL Essig und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. Die **Tomate** in kleine Würfel schneiden.



2. Zwiebeln einlegen

Die **Zwiebel** schälen und halbieren, **eine Hälfte** in feine Streifen schneiden, die **andere Hälfte** grob würfeln. Die **Zwiebelstreifen** in 2EL Essig, 1EL Wasser und 1/2 TL Salz einlegen. Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und die **Stängel** grob schneiden.



3. Bohnen garen

Die **Zwiebelwürfel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anschwitzen. Die **mexikanische Gewürzmischung** und die **Korianderstängel** ca. 1Min. mitbraten, dann die **Bohnen samt Flüssigkeit** mit 1/2TL Salz unterrühren und 7-10Min. köcheln, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Dabei gelegentlich umrühren und die **Bohnen** mit dem Kochlöffel etwas zerdrücken.



4. Hackfleisch braten

Das **Hackfleisch** in einer kleinen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. anbraten und leicht zerdrücken. Wenn das **Fleisch** nicht mehr roh aussieht, weitere 2Min. ohne Rühren braten, damit sich eine leichte Kruste bildet. Dann etwas durchrühren und wiederum 2Min. ohne Rühren braten. Die **Tomaten** untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** 6-8Min. im Ofen aufbacken. Währenddessen die **Gurke** quer halbieren, **eine Hälfte** in dünne Scheiben schneiden, die **andere Hälfte** längs vierteln oder achteln. Den **Feta** zerkrümeln.



6. Brötchen belegen

Die **Bohnen** vom Herd nehmen und möglichst fein stampfen. Die **Brötchen** aufschneiden, die **unteren Hälften** mit je 2-3TL **Bohnenmus**, die **oberen Hälften** mit je 1TL Mayonnaise bestreichen. Mit dem **Hackfleisch**, den **Gurken**, den **eingelegten Zwiebeln**, dem **Feta** und den **Korianderblättern** belegen und mit den **Gurkenspalten** und ggf. **übrigem Bohnenmus** servieren.