



## Schweinehack vietnamesische Art

mit Kokosreis und Karotten-Gurken-Salat



ca. 25min



3-4 Personen

Dieser Hochgenuss kommt in Form eines luftigen Kokosreises, der mit einem aromatischen Salat aus Gurken- und Karottenstreifen, Thai-Basilikum und frischer Minze serviert wird. Der Hero ist knusprig angebratenes Schweinehack, das du nach vietnamesischer Art in einer Würzpaste aus Zitronengras, Knoblauch, Limette und Fischsauce zubereitest. Ein cremiges Sriracha-Dressing darüber geträufelt - Herz, was willst du mehr?

## Was du von uns bekommst

- 60g Kokosflocken <sup>12</sup>
- 300g Jasminreis
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Zitronengrasstangen
- 1 Stück Ingwer
- 3 Knoblauchzehen
- 40ml Fischsauce <sup>4</sup>
- 500g Schweinehackfleisch
- 2 Karotten
- 1 Gurke
- 20g Thai-Basilikum & Minze
- 3 Päckchen Sriracha-Sauce

## Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne oder Wok
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

### Allergene

Eier (3), Fisch (4), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 850kcal, Fett 43.2g, Kohlenhydrate 81.5g, Eiweiß 33.5g



### 1. Kokosflocken anrösten

Die **Kokosflocken** in einem mittelgroßen Topf ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten, dabei gelegentlich umrühren. Die **½ der Kokosflocken** herausnehmen und beiseitestellen. Die **übrigen Kokosflocken** im Topf mit 600ml leicht gesalzenem Wasser übergießen und aufkochen.



### 2. Reis kochen

Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** in den Topf zu den **Kokosflocken** geben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



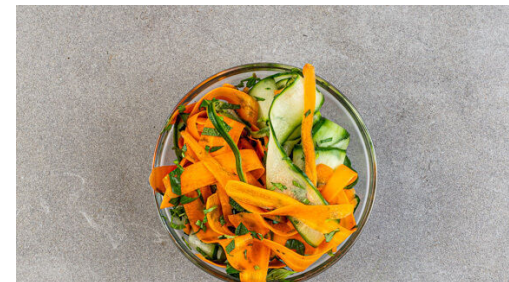
### 3. Würzpaste pürieren

Die **Limettenschalen** abreiben und die **Limetten** auspressen. Die äußeren harten Schichten des **Zitronengrases** entfernen, den **Ingwer** und den **Knoblauch** schälen. **Zitronengras, Ingwer** und **Knoblauch** in dünne Scheiben schneiden und mit der **½ der Limettenschale und des -safts**, der **Fischsauce**, 2EL Pflanzenöl, 2TL Zucker und je 2 Prisen Salz und Pfeffer grob pürieren.



### 4. Hackfleisch anbraten

Das **Hackfleisch** mit der **Würzpaste** vermengen und in einer großen Pfanne oder einem Wok bei mittlerer bis starker Hitze 8-10Min. anbraten, bis das **Hackfleisch** appetitlich gebräunt und an den Rändern leicht knusprig ist. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.



### 5. Salat zubereiten

Die **Karotten** ggf. schälen, dann die **Karotten** und die **Gurke** mit einem Sparschäler rundum in breite Streifen schneiden. Die **Thai-Basilikum-** und die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Gemüwestreifen** mit den **Kräutern**, **1EL Limettensaft**, der **restlichen Limettenschale** und 1 kräftigen Prise Salz zu einem **Salat** vermengen.



### 6. Sauce anrühren

Die **Sriracha-Sauce** mit 4EL Mayonnaise verrühren und nach Belieben mit etwas Zucker und ggf. **übrigem Limettensaft** abschmecken, um die Schärfe zu mildern. Den **Kokosreis** auf tiefe Teller verteilen, das **Schweinehack** und den **Karotten-Gurken-Salat** darauf anrichten. Mit der **Sauce** beträufeln, mit den **übrigen Kokosflocken** garnieren und servieren.