



Ofen-Süßkartoffel mit Bio-Hack

Low Carb mit leckerer Chimichurri



30-40min



2 Personen

Chimichurri ist der Stolz Argentinien. Die aromatische Sauce mit Petersilie, Oregano, Knoblauch und Chili passt perfekt zur gebackenen Süßkartoffel und dem würzigen Bio-Hackfleisch. Falls Sauce übrig bleibt, kannst du sie auch hervorragend in einem Salat oder auf einem gerösteten Sandwich verwenden.

- 2 Süßkartoffeln
- 250g Kirschtomaten
- 1 grüne Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 1 Thai-Chilischote
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Petersilie
- 1 Pck. getrockneter Oregano
- 250g Bio-Rinderhackfleisch
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne oder Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Allergene
Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Energie 847kcal, Fett 59.6g,
Kohlenhydrate 44.0g, Eiweiß 29.6g



4. Chimichurri zubereiten

2. Gemüse vorbereiten

5. Hackfleisch braten

3. Gemüse braten

6. Anrichten und servieren

Die **Süßkartoffeln** mit den Schnittflächen nach oben auf Teller geben, die Schnittflächen längs einschneiden und mit 2 Gabeln etwas auseinanderdrücken. Das **Hackfleisch**, das gebratene **Gemüse** und die gebackenen **Kirschtomaten** auf den **Süßkartoffeln** anrichten. Mit der **restlichen Petersilie** garnieren und mit der **Chimichurri** servieren.