



Bánh Mì mit Schweinehackbällchen

dazu Ofenkartoffeln und Limettenmayo



20-30min



3-4 Personen

Vor langer Zeit brachten die Franzosen das Baguette in die damalige Kolonie Vietnam und schufen dort eine ganz neue Gattung von Gerichten: „Bánh Mì“. Wer jetzt in Vietnam danach fragt, bekommt ein gut gefülltes Sandwich mit komplexen Aromen und allen möglichen Zutaten wie Fleisch, Kräutern, Chili und Gemüse. Wir lieben unsere Variante mit Fleischbällchen und einer cremigen Limettenmayo. Dazu Babykartoffeln – köstlich!

Was du von uns bekommst

- 1kg Babykartoffeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 500g Schweinehackfleisch
- 150ml Sweet-Chili-Sauce
- 4 Ciabattabrötchen ^{1,6,7}
- 2 Karotten
- 1 große Gurke
- 10g Koriander
- 1 unbehandelte Limette

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Küchenreibe

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 800kcal, Fett 27.7g, Kohlenhydrate 99.7g, Eiweiß 34.5g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** halbieren oder vierteln. Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und mit 2EL Olivenöl sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. Ca. 20Min. im Ofen rösten, bis sie gar und goldbraun sind. Das **Weiß der Lauchzwiebeln** fein hacken, das **Grün** in feine Ringe schneiden.



4. Gemüse schneiden

Die **Karotten** ggf. schälen und grob raspeln. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden. Den **Koriander** ohne die härteren Stängel grob schneiden.



2. Hack kneten

Das **Hackfleisch** mit der **Sweet-Chili-Sauce**, den **weißen Lauchzwiebeln** sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann gründlich zu einer homogenen Masse verkneten.



5. Dip zubereiten

Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. 4EL Mayonnaise mit **1TL Limettenschale** und **1EL Limettensaft** verrühren. Den **Dip** mit 1 Prise Salz würzen.



3. Hackbällchen formen

Mit angefeuchteten Händen aus **1 gehäufter EL Hackfleisch** je eine Kugel formen. Die **Hackbällchen** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und mit der Hand etwas flach drücken. Den Vorgang wiederholen, bis das **Hack** vollständig aufgebraucht ist. Die **Fleischbällchen** 8-10Min. im Ofen backen, bis sie gar und goldbraun sind. Die **Brötchen** 5-6Min. mitbacken.



6. Brötchen belegen

Die **Brötchen** aufschneiden und mit etwas **Dip** bestreichen, dann mit den **Gurken**, den **Karotten**, dem **Koriander**, den **grünen Lauchzwiebeln** und den **Fleischbällchen** belegen. Ggf. mit etwas **Limettensaft** aus den Spalten verfeinern. Das **Bánh mì** mit den **Ofenkartoffeln** und dem **restlichen Dip** auf Teller verteilen und servieren.