



## BBQ-Special: Pikante Hackspieße

& zartes Schweinesteak mit Zitrone



ca. 30min



2 Personen

Perfekt für alle, die ihr Abendessen im Sommer gerne draußen genießen: Die würzige Hackfleischmasse und die Steaks kannst du schon morgens vorbereiten und gut verpackt im Kühlschrank ruhen lassen, dann geht es abends ganz flott. Mit leckeren Dips und Brot oder einem bunten Salat ein feines Mahl!

## Was du von uns bekommst

- 8 Schaschlikspieße
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Harissa-Gewürzmischung
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen Tahini<sup>11</sup>
- 1 Packung Schweinerückensteak

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Grill oder Grillpfanne
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

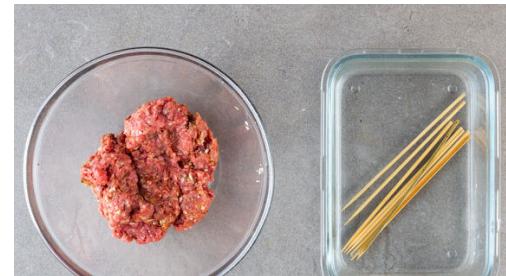
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 598kcal, Fett 38.8g, Kohlenhydrate 5.5g, Eiweiß 55.7g



**1. Hackfleisch würzen**

Den Grill vorbereiten. Die **Schaschlikspieße** in kaltem Wasser einweichen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Das **Hackfleisch** mit dem **Knoblauch, Harissa nach Geschmack** und 1-2 Prisen Salz verkneten. **Tipp:** Um die Schärfe zu prüfen, einfach eine kleine Portion **Hackfleisch** in einer Pfanne braten und probieren und ggf. mehr **Harissa** verwenden.



**4. Steaks würzen**

Die **Steaks** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und rundum mit der **Tahinimarinade** einreiben.



**2. Spieße vorbereiten**

Die **Hackfleischmasse zu 8 gleich großen Kugeln** portionieren, diese in längliche Röllchen formen und auf die **Spieße** ziehen.



**5. Fleisch grillen**

Die **Steaks** bei mittlerer Hitze 6-8Min. grillen, nach der Hälfte der Zeit einmal wenden. Die **Spieße** 5-7Min. bei mittlerer Hitze grillen, dabei regelmäßig wenden.

**Tipp:** Statt auf dem Grill können die **Spieße** auch in 13-15Min., die **Steaks** in 12-13Min. in einer Grillpfanne zubereitet werden.



**3. Marinade anrühren**

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Zitronenabrieb** und **2-3EL Zitronensaft** mit der **1/2 der Tahinipaste**, 1EL Olivenöl, 1EL Wasser und 1-2 Prisen Salz verrühren.



**6. Anrichten und servieren**

Die **Steaks** und die **Spieße** nach Belieben z.B. mit einem leckeren Bulgur- oder Kichererbssensalat oder Brot und Hummus anrichten und servieren.